Creches e Cemeis (Creche Margareth Alves M. Ferreira, Creche Profª Rose Fachini, Creche Sossego Da Mamãe, Cemei Edith B. Vasconcellos, Cemei Saci Pererê, Cemei Milhen Carlos Farhat)

Modalidade: Creche (1 - 3 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola. FAROFA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com cenoura ralada e couve picada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 02/11/2026	TERÇA 03/11/2026	QUARTA 04/11/2026	QUINTA 05/11/2026	SEXTA 06/11/2026
Café da manhã 7h30		Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade
Almoço 10h30		Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Filé de Frango Grelhado - 0,4 unidade Creme de milho - 0,3 concha média	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Pernil suíno em cubos cozido - 0,3 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 0,3 colher de arroz	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Carne de panela (músculo) com batata doce - 0,3 colher de arroz	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate - 0,5 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 1 colher de sopa cheia
Lanche da tarde I 13h		Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Biscoito de polvilho - 1 porção média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade pequena	Banana nanica crua - 1 unidade média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade pequena
Jantar 15h30		Macarrão ao molho vermelho com frango desfiado - 1 concha média cheia	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com arroz e carne suína - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Macarrão ao molho vermelho com frango desfiado - 1 concha média cheia

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia	Proteína	Lipídios	Carboidratos	Fibra alimentar
710,51 kcal = 2.972,78 kj	23,99 g (13,5% VET)	17,24 g (21,9% VET)	114,44 g (64,6% VET)	7,72 g

Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	Custo
240,81 mg	3,05 mg	130,29 mcg	6,11 mg	R$ 5,69

Creches e Cemeis (Creche Margareth Alves M. Ferreira, Creche Profª Rose Fachini, Creche Sossego Da Mamãe, Cemei Edith B. Vasconcellos, Cemei Saci Pererê, Cemei Milhen Carlos Farhat)

Modalidade: Creche (1 - 3 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 09/11/2026	TERÇA 10/11/2026	QUARTA 11/11/2026	QUINTA 12/11/2026	SEXTA 13/11/2026
Café da manhã 7h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade
Almoço 10h30	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 0,3 colher de arroz Polenta - 0,5 concha pequena	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura - 0,3 colher de arroz	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Bife bovino (acém) em tiras - 0,3 colher de arroz cheia Salada de Pepino com Tomate em cubos - 1 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Pernil suíno em cubos cozido - 0,3 colher de arroz Salada de alface com almeirão - 1 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 1 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia
Lanche da tarde I 13h	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,6 unidade	Melancia crua - 1 fatia pequena	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia pequena	Melancia crua - 1 fatia pequena
Jantar 15h30	Macarrão à bolonhesa (carne bovina acém moído ao molho de tomate) - 0,2 meia concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com arroz e carne suína - 1,5 concha média	Macarrão ao molho vermelho com frango desfiado - 1 concha média cheia

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)				
Energia 642,23 kcal = 2.687,11 kj	Proteína 23,84 g (14,9% VET)	Lipídios 15,44 g (21,7% VET)	Carboidratos 101,56 g (63,4% VET)	Fibra alimentar 6,96 g
Cálcio 223,92 mg	Ferro 3,11 mg	Vitamina A 142,34 mcg	Vitamina C 8,36 mg	Custo R$ 5,35

Creches e Cemeis (Creche Margareth Alves M. Ferreira, Creche Profª Rose Fachini, Creche Sossego Da Mamãe, Cemei Edith B. Vasconcellos, Cemei Saci Pererê, Cemei Milhen Carlos Farhat)

Modalidade: Creche (1 - 3 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 16/11/2026	TERÇA 17/11/2026	QUARTA 18/11/2026	QUINTA 19/11/2026	SEXTA 20/11/2026
Café da manhã 7h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	
Almoço 10h30	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Carne de panela (músculo) com mandioca - 0,3 colher de arroz	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 0,3 colher de arroz	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Filé de Frango Grelhado - 0,4 unidade Alface crespa crua - 1 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Pernil suíno em cubos cozido - 0,3 colher de arroz Almeirão refogado - 1 colher de sopa rasa	
Lanche da tarde I 13h	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Biscoito de polvilho - 1 porção média	Melancia crua - 1 fatia pequena	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melancia crua - 1 fatia pequena	
Jantar 15h30	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Macarrão à bolonhesa (carne bovina acém moído ao molho de tomate) - 0,2 meia concha média	Macarrão ao molho vermelho com frango desfiado - 1 concha média cheia	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com arroz e carne suína - 1,5 concha média	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia	Proteína	Lipídios	Carboidratos	Fibra alimentar
620,96 kcal = 2.598,10 kj	21,48 g (13,9% VET)	15,78 g (22,9% VET)	97,87 g (63,2% VET)	6,43 g

Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	Custo
231,87 mg	2,90 mg	128,95 mcg	8,12 mg	R$ 4,79

Creches e Cemeis (Creche Margareth Alves M. Ferreira, Creche Profª Rose Fachini, Creche Sossego Da Mamãe, Cemei Edith B. Vasconcellos, Cemei Saci Pererê, Cemei Milhen Carlos Farhat)

Modalidade: Creche (1 - 3 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 23/11/2026	TERÇA 24/11/2026	QUARTA 25/11/2026	QUINTA 26/11/2026	SEXTA 27/11/2026
Café da manhã 7h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade
Almoço 10h30	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Strogonoff de carne bovina (acém) - 0,2 concha média	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Carne de panela (músculo) com batata doce - 0,3 colher de arroz Repolho branco cru - 1 colher de sopa rasa	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Pernil suíno em cubos cozido - 0,3 colher de arroz Vinagrete - 1 colher de sopa rasa	Arroz branco cozido - 1 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia Bife bovino (acém) em tiras - 0,3 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 1 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 1 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 colher de arroz cheia
Lanche da tarde I 13h	Leite de vaca integral com cacau - 0,6 copo Pão francês com manteiga - 0,6 unidade	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia pequena	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade pequena	Melão cru - 1 fatia pequena
Jantar 15h30	Macarrão à bolonhesa (carne bovina acém moído ao molho de tomate) - 0,2 meia concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com arroz e carne suína - 1,5 concha média	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu e beterraba) com macarrão e carne bovina - 1,5 concha média	Macarrão ao molho vermelho com frango desfiado - 1 concha média cheia

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)				
Energia 616,29 kcal = 2.578,56 kj	Proteína 23,10 g (15,1% VET)	Lipídios 15,12 g (22,2% VET)	Carboidratos 96,38 g (62,8% VET)	Fibra alimentar 6,78 g
Cálcio 225,45 mg	Ferro 3,01 mg	Vitamina A 119,03 mcg	Vitamina C 7,72 mg	Custo R$ 5,45

Emeis (Emei Assumpta Scatena Garcia, Emei Sítio Do Pica Pau Amarelo, Emei Emília, Emei Marquês De Rabicó)

Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola. FAROFA DE COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com cenoura ralada e couve picada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 02/11/2026	TERÇA 03/11/2026	QUARTA 04/11/2026	QUINTA 05/11/2026	SEXTA 06/11/2026
Café da manhã 8h		Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade
Almoço 11h		Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 0,8 unidade Creme de milho - 0,5 concha média	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 0,5 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 0,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 0,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate - 1 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 1 colher de sopa cheia
Lanche da tarde I 14h30		Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Biscoito de polvilho - 1 porção média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade pequena	Banana nanica crua - 1 unidade média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade pequena

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 624,99 kcal = 2.614,97 kj	Proteína 17,77 g (11,4% VET)	Lipídios 20,19 g (29,1% VET)	Carboidratos 93,13 g (59,6% VET)	Fibra alimentar 6,76 g
Cálcio 294,91 mg	Ferro 2,58 mg	Vitamina A 51,12 mcg	Vitamina C 4,98 mg	Custo R$ 3,03

Emeis (Emei Assumpta Scatena Garcia, Emei Sítio Do Pica Pau Amarelo, Emei Emília, Emei Marquês De Rabicó)

Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 09/11/2026	TERÇA 10/11/2026	QUARTA 11/11/2026	QUINTA 12/11/2026	SEXTA 13/11/2026
Café da manhã 8h	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade
Almoço 11h	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 0,5 colher de arroz Polenta - 1 concha pequena	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura - 0,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 0,5 colher de arroz cheia Salada de Pepino com Tomate em cubos - 1 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 0,5 colher de arroz Salada de alface com almeirão - 1 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 2 colher de arroz Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,7 unidade	Melancia crua - 1 fatia pequena	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia pequena	Melancia crua - 1 fatia pequena

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 602,23 kcal = 2.519,71 kj	Proteína 19,61 g (13,0% VET)	Lipídios 18,49 g (27,6% VET)	Carboidratos 89,33 g (59,3% VET)	Fibra alimentar 6,12 g
Cálcio 271,46 mg	Ferro 2,77 mg	Vitamina A 63,77 mcg	Vitamina C 6,44 mg	Custo R$ 3,43

Emeis (Emei Assumpta Scatena Garcia, Emei Sítio Do Pica Pau Amarelo, Emei Emília, Emei Marquês De Rabicó)

Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 16/11/2026	TERÇA 17/11/2026	QUARTA 18/11/2026	QUINTA 19/11/2026	SEXTA 20/11/2026
Café da manhã 8h	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	
Almoço 11h	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Carne de panela (músculo) com mandioca - 0,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 0,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 0,8 unidade Alface crespa crua - 1 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 0,5 colher de arroz Almeirão refogado - 1 colher de sopa rasa	
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Biscoito de polvilho - 1 porção média	Melancia crua - 1 fatia pequena	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melancia crua - 1 fatia pequena	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 574,98 kcal = 2.405,70 kj	Proteína 17,01 g (11,8% VET)	Lipídios 18,97 g (29,7% VET)	Carboidratos 83,95 g (58,4% VET)	Fibra alimentar 5,44 g
Cálcio 282,43 mg	Ferro 2,52 mg	Vitamina A 37,38 mcg	Vitamina C 6,89 mg	Custo R$ 2,81

Emeis (Emei Assumpta Scatena Garcia, Emei Sítio Do Pica Pau Amarelo, Emei Emília, Emei Marquês De Rabicó)

Modalidade: Pré-escola (4 - 5 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 23/11/2026	TERÇA 24/11/2026	QUARTA 25/11/2026	QUINTA 26/11/2026	SEXTA 27/11/2026
Café da manhã 8h	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,5 unidade
Almoço 11h	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Strogonoff de carne bovina (acém) - 0,4 concha média	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 0,5 colher de arroz Repolho branco cru - 1 colher de sopa rasa	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 0,5 colher de arroz Vinagrete - 1 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 2 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 0,5 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 1 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 2 colher de arroz Feijão carioca cozido - 0,5 concha média rasa
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 0,8 copo Pão francês com manteiga - 0,7 unidade	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 564,09 kcal = 2.360,14 kj	Proteína 18,79 g (13,3% VET)	Lipídios 17,93 g (28,6% VET)	Carboidratos 81,73 g (58,0% VET)	Fibra alimentar 5,77 g
Cálcio 277,53 mg	Ferro 2,67 mg	Vitamina A 38,42 mcg	Vitamina C 7,02 mg	Custo R$ 3,71

Ensino Fundamental I integral (Hirayuki Enomoto, Fazenda Esmeralda))

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola. FAROFA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com cenoura ralada e couve picada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 02/11/2026	TERÇA 03/11/2026	QUARTA 04/11/2026	QUINTA 05/11/2026	SEXTA 06/11/2026
Café da manhã 8h		Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço 11h		Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 2 unidade Creme de milho - 1 concha média	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 1 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 1,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 1,2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate - 2 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 4 colher de sopa cheia
Lanche da tarde I 14h		Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Biscoito de polvilho - 3 porção média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média	Banana nanica crua - 1 unidade média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia	Proteína	Lipídios	Carboidratos	Fibra alimentar
1.138,29 kcal = 4.762,61 kj	34,24 g (12,0% VET)	39,54 g (31,3% VET)	161,44 g (56,7% VET)	12,47 g

Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	Custo
412,94 mg	4,86 mg	115,27 mcg	10,86 mg	R$ 6,27

Ensino Fundamental I integral (Hirayuki Enomoto, Fazenda Esmeralda))

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 09/11/2026	TERÇA 10/11/2026	QUARTA 11/11/2026	QUINTA 12/11/2026	SEXTA 13/11/2026
Café da manhã 8h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço 11h	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 1 colher de arroz Polenta - 2 concha pequena	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura - 1,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 1 colher de arroz cheia Salada de Pepino com Tomate em cubos - 1 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 1 colher de arroz Salada de alface com almeirão - 3 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 3 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa
Lanche da tarde I 14h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Biscoito doce maisena - 8 unidade	Melancia crua - 1 fatia média	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia média	Melancia crua - 1 fatia média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia	Proteína	Lipídios	Carboidratos	Fibra alimentar
1.021,13 kcal = 4.272,40 kj	35,47 g (13,9% VET)	31,90 g (28,1% VET)	148,13 g (58,0% VET)	10,75 g

Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	Custo
364,54 mg	5,09 mg	106,06 mcg	11,73 mg	R$ 6,25

Ensino Fundamental I integral (Hirayuki Enomoto, Fazenda Esmeralda))

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 16/11/2026	TERÇA 17/11/2026	QUARTA 18/11/2026	QUINTA 19/11/2026	SEXTA 20/11/2026
Café da manhã 8h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	
Almoço 11h	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com mandioca - 1,2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 1 colher de arroz	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 2 unidade Alface crespa crua - 4 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 1 colher de arroz Almeirão refogado - 1 colher de arroz rasa	
Lanche da tarde I 14h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Biscoito de polvilho - 3 porção média	Melancia crua - 1 fatia média	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melancia crua - 1 fatia média	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.014,30 kcal = 4.243,81 kj	Proteína 32,57 g (12,9% VET)	Lipídios 36,16 g (32,1% VET)	Carboidratos 139,50 g (55,0% VET)	Fibra alimentar 9,42 g
Cálcio 382,20 mg	Ferro 4,64 mg	Vitamina A 55,55 mcg	Vitamina C 14,05 mg	Custo R$ 5,95

Ensino Fundamental I integral (Hirayuki Enomoto, Fazenda Esmeralda))

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 23/11/2026	TERÇA 24/11/2026	QUARTA 25/11/2026	QUINTA 26/11/2026	SEXTA 27/11/2026
Café da manhã 8h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço 11h	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Strogonoff de carne bovina (acém) - 0,6 concha média	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 1,2 colher de arroz Repolho branco cru - 2 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 1 colher de arroz Vinagrete - 1 colher de arroz cheia	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 1 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 3 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 3 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa
Lanche da tarde I 14h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Biscoito doce maisena - 8 unidade	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 921,86 kcal = 3.857,06 kj	Proteína 32,46 g (14,1% VET)	Lipídios 30,31 g (29,7% VET)	Carboidratos 129,05 g (56,2% VET)	Fibra alimentar 9,89 g
Cálcio 374,51 mg	Ferro 4,76 mg	Vitamina A 70,49 mcg	Vitamina C 11,59 mg	Custo R$ 6,00

Ensino Fundamental I parcial (Celda Mello, Maria Elza)

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)
Zona: Urbana
Período: Parcial

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: FAROFA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com cenoura ralada e couve picada. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 02/11/2026	TERÇA 03/11/2026	QUARTA 04/11/2026	QUINTA 05/11/2026	SEXTA 06/11/2026
Almoço 10h		Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 2 unidade Creme de milho - 1 concha média Biscoito de polvilho - 3 porção média	Arroz branco cozido - 4 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 1 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 1,5 colher de arroz Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 1,2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Melancia crua - 1 fatia pequena Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate - 2 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 3 colher de sopa cheia Banana nanica crua - 1 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia	Proteína	Lipídios	Carboidratos	Fibra alimentar
981,78 kcal = 4.107,77 kj	31,07 g (12,7% VET)	33,63 g (30,9% VET)	138,24 g (56,4% VET)	10,41 g

Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	Custo
99,66 mg	4,20 mg	112,64 mcg	11,22 mg	R$ 5,82

Ensino Fundamental I parcial (Celda Mello, Maria Elza)

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)
Zona: Urbana
Período: Parcial

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 09/11/2026	TERÇA 10/11/2026	QUARTA 11/11/2026	QUINTA 12/11/2026	SEXTA 13/11/2026
Almoço 10h	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 1 colher de arroz Polenta - 2 concha pequena	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura - 1,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 1 colher de arroz cheia Salada de Pepino com Tomate em cubos - 1 colher de sopa cheia Melancia crua - 1 fatia média	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 1 colher de arroz Salada de alface com almeirão - 3 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 3 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Banana nanica crua - 1 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 785,92 kcal = 3.288,28 kj	Proteína 30,59 g (15,6% VET)	Lipídios 23,79 g (27,3% VET)	Carboidratos 111,91 g (57,1% VET)	Fibra alimentar 8,78 g
Cálcio 55,45 mg	Ferro 4,12 mg	Vitamina A 93,68 mcg	Vitamina C 7,28 mg	Custo R$ 5,68

Ensino Fundamental I parcial (Celda Mello, Maria Elza)

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)
Zona: Urbana
Período: Parcial

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



REFEIÇÕES	SEGUNDA 16/11/2026	TERÇA 17/11/2026	QUARTA 18/11/2026	QUINTA 19/11/2026	SEXTA 20/11/2026
Almoço 10h	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com mandioca - 1,2 colher de arroz Biscoito de polvilho - 3 porção média Melancia crua - 1 fatia média	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 1 colher de arroz	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 2 unidade Alface crespa crua - 5 colher de sopa cheia Banana nanica crua - 1 unidade média	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 1 colher de arroz Almeirão refogado - 2 colher de arroz rasa	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 816,37 kcal = 3.415,71 kj	Proteína 28,42 g (14,0% VET)	Lipídios 29,23 g (32,3% VET)	Carboidratos 109,41 g (53,7% VET)	Fibra alimentar 7,89 g
Cálcio 69,85 mg	Ferro 3,92 mg	Vitamina A 42,64 mcg	Vitamina C 11,40 mg	Custo R$ 5,55

Ensino Fundamental I parcial (Celda Mello, Maria Elza)

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)
Zona: Urbana
Período: Parcial

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 23/11/2026	TERÇA 24/11/2026	QUARTA 25/11/2026	QUINTA 26/11/2026	SEXTA 27/11/2026
Almoço 10h	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Strogonoff de carne bovina (acém) - 0,6 concha média	Arroz branco cozido - 4 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 1,2 colher de arroz Repolho branco cru - 2 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 1 colher de arroz Vinagrete - 1 colher de arroz cheia Banana nanica crua - 1 unidade média	Arroz branco cozido - 3 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 1 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 2 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 3 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 726,48 kcal = 3.039,59 kj	Proteína 28,27 g (15,7% VET)	Lipídios 23,30 g (29,1% VET)	Carboidratos 99,67 g (55,3% VET)	Fibra alimentar 8,01 g
Cálcio 67,53 mg	Ferro 3,88 mg	Vitamina A 62,38 mcg	Vitamina C 7,72 mg	Custo R$ 5,43

Ensino Fundamental II integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Fundamental II (11 - 14 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola. FAROFA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com abóbora verde ralada, cenoura ralada e couve picada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 02/11/2026	TERÇA 03/11/2026	QUARTA 04/11/2026	QUINTA 05/11/2026	SEXTA 06/11/2026
Café da manhã 9h		Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Pão francês com manteiga - 1 unidade Leite de vaca integral com cacau - 1 copo	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço 12h		Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 2,5 unidade Creme de milho - 1,5 concha média	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 1,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate - 3 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 3 colher de sopa cheia
Lanche da tarde I 14h30		Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Biscoito de polvilho - 3 porção média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média	Banana nanica crua - 1 unidade média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.638,01 kcal = 6.853,43 kj	Proteína 53,13 g (13,0% VET)	Lipídios 56,01 g (30,8% VET)	Carboidratos 229,60 g (56,2% VET)	Fibra alimentar 18,89 g
Cálcio 494,14 mg	Ferro 7,82 mg	Vitamina A 109,34 mcg	Vitamina C 12,91 mg	Custo R$ 9,13

Ensino Fundamental II integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Fundamental II (11 - 14 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 09/11/2026	TERÇA 10/11/2026	QUARTA 11/11/2026	QUINTA 12/11/2026	SEXTA 13/11/2026
Café da manhã 9h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço 12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 2 colher de arroz Polenta - 2 concha pequena	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 2 colher de arroz cheia Salada de Pepino com Tomate em cubos - 2 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Salada de alface com almeirão - 3 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 4 colher de arroz Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Biscoito doce maisena - 10 unidade	Melancia crua - 1 fatia média	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia média	Melancia crua - 1 fatia média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.485,27 kcal = 6.214,38 kj	Proteína 55,43 g (15,0% VET)	Lipídios 47,35 g (28,8% VET)	Carboidratos 208,55 g (56,3% VET)	Fibra alimentar 16,86 g
Cálcio 430,92 mg	Ferro 8,22 mg	Vitamina A 133,78 mcg	Vitamina C 14,25 mg	Custo R$ 9,78

Ensino Fundamental II integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Fundamental II (11 - 14 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 16/11/2026	TERÇA 17/11/2026	QUARTA 18/11/2026	QUINTA 19/11/2026	SEXTA 20/11/2026
Café da manhã 9h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	
Almoço 12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Carne de panela (músculo) com mandioca - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 1,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Filé de Frango Grelhado - 2,5 unidade Alface crespa crua - 5 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Almeirão refogado - 2 colher de arroz rasa	
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Biscoito de polvilho - 3 porção média	Melancia crua - 1 fatia média	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melancia crua - 1 fatia média	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.501,52 kcal = 6.282,37 kj	Proteína 50,84 g (13,6% VET)	Lipídios 52,14 g (31,3% VET)	Carboidratos 206,47 g (55,1% VET)	Fibra alimentar 15,84 g
Cálcio 459,48 mg	Ferro 7,68 mg	Vitamina A 58,54 mcg	Vitamina C 17,50 mg	Custo R$ 8,89

Ensino Fundamental II integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Fundamental II (11 - 14 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 23/11/2026	TERÇA 24/11/2026	QUARTA 25/11/2026	QUINTA 26/11/2026	SEXTA 27/11/2026
Café da manhã 9h	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Pão francês com manteiga - 1 unidade
Almoço 12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Strogonoff de carne bovina (acém) - 1,5 concha média	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Carne de panela (músculo) com batata doce - 2 colher de arroz Repolho branco cru - 2 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Vinagrete - 1 colher de arroz cheia	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa Bife bovino (acém) em tiras - 2 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 3 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 4 colher de arroz Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1 copo Biscoito salgado integral - 10 unidade média	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.423,04 kcal = 5.954,02 kj	Proteína 55,17 g (15,6% VET)	Lipídios 47,43 g (30,1% VET)	Carboidratos 192,82 g (54,4% VET)	Fibra alimentar 17,08 g
Cálcio 433,10 mg	Ferro 8,27 mg	Vitamina A 84,59 mcg	Vitamina C 12,91 mg	Custo R$ 9,99

Ensino Médio Integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Ensino médio (15 - 17 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. CREME DE MILHO: molho branco composto por milho verde liquidificado, leite pasteurizado, amido de milho e cebola. FAROFA COM COUVE E CENOURA: farinha de mandioca com cenoura ralada e couve picada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 02/11/2026	TERÇA 03/11/2026	QUARTA 04/11/2026	QUINTA 05/11/2026	SEXTA 06/11/2026
Café da manhã 9h		Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade
Almoço 12h		Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Filé de Frango Grelhado - 3 unidade Creme de milho - 1,5 concha média	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Farofa com cenoura e couve - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Carne de panela (músculo) com batata doce - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Frango (coxa e sobrecoxa) ao molho de tomate - 3 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 3 colher de sopa cheia
Lanche da tarde I 14h30		Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Biscoito de polvilho - 3 porção média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média	Banana nanica crua - 1 unidade média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia	Proteína	Lipídios	Carboidratos	Fibra alimentar
1.774,70 kcal = 7.425,33 kj	56,72 g (12,8% VET)	60,59 g (30,8% VET)	249,96 g (56,4% VET)	20,66 g

Cálcio	Ferro	Vitamina A	Vitamina C	Custo
630,40 mg	8,45 mg	127,26 mcg	14,09 mg	R$ 9,52

Ensino Médio Integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Ensino médio (15 - 17 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. POLENTA: farinha de milho (fubá) cozida. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 09/11/2026	TERÇA 10/11/2026	QUARTA 11/11/2026	QUINTA 12/11/2026	SEXTA 13/11/2026
Café da manhã 9h	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade
Almoço 12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Carne moída bovina (acém) refogada com cenoura e batata - 2 colher de arroz Polenta - 2 concha pequena	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Carne de panela (músculo) com purê de abóbora madura - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Bife bovino (acém) em tiras - 2 colher de arroz cheia Salada de Pepino com Tomate em cubos - 2 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Salada de alface com almeirão - 3 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 4 colher de arroz Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Biscoito doce maisena - 10 unidade	Melancia crua - 1 fatia média	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia média	Melancia crua - 1 fatia média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.587,46 kcal = 6.641,93 kj	Proteína 57,79 g (14,6% VET)	Lipídios 51,19 g (29,1% VET)	Carboidratos 223,14 g (56,3% VET)	Fibra alimentar 18,10 g
Cálcio 560,22 mg	Ferro 8,74 mg	Vitamina A 133,78 mcg	Vitamina C 14,28 mg	Custo R$ 9,97

Ensino Médio Integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Ensino médio (15 - 17 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 16/11/2026	TERÇA 17/11/2026	QUARTA 18/11/2026	QUINTA 19/11/2026	SEXTA 20/11/2026
Café da manhã 9h	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	
Almoço 12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Carne de panela (músculo) com mandioca - 2 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Filé de tilápia ao molho de tomate com batatas - 1,5 colher de arroz	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Filé de Frango Grelhado - 3 unidade Alface crespa crua - 5 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Almeirão refogado - 2 colher de arroz rasa	
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Biscoito de polvilho - 3 porção média	Melancia crua - 1 fatia média	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melancia crua - 1 fatia média	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.611,63 kcal = 6.743,04 kj	Proteína 54,28 g (13,5% VET)	Lipídios 56,32 g (31,5% VET)	Carboidratos 221,21 g (55,0% VET)	Fibra alimentar 17,10 g
Cálcio 589,77 mg	Ferro 8,23 mg	Vitamina A 58,66 mcg	Vitamina C 17,92 mg	Custo R$ 9,22

Ensino Médio Integral (Agnes Liedtke, Francisco Schmidt, Mitsusada Umetani)

Modalidade: Ensino médio (15 - 17 anos)
Zona: Urbana
Período: Integral

Nutricionista
Natiele Aldrovandi dos Santos
CRN 3 37818



OBSERVAÇÕES: Leite com cacau 100%. STROGONOFF BOVINO: acém bovino em tiras refogado com molho branco composto por leite pasteurizado, amido de milho e cebola. GALINHADA: arroz branco com cenoura ralada, vagem refogada e coxa/sobrecoxa de frango desfiada.

REFEIÇÕES	SEGUNDA 23/11/2026	TERÇA 24/11/2026	QUARTA 25/11/2026	QUINTA 26/11/2026	SEXTA 27/11/2026
Café da manhã 9h	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Pão francês com manteiga - 1,5 unidade
Almoço 12h	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Strogonoff de carne bovina (acém) - 1,5 concha média	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Carne de panela (músculo) com batata doce - 2 colher de arroz Repolho branco cru - 3 colher de sopa cheia	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Pernil suíno em cubos cozido - 2 colher de arroz Vinagrete - 1 colher de arroz cheia	Arroz branco cozido - 5 colher de arroz rasa Feijão carioca cozido - 1,2 concha média cheia Bife bovino (acém) em tiras - 2 colher de arroz cheia Salada de alface com almeirão - 3 colher de sopa cheia	Galinhada com cenoura e vagem - 4 colher de arroz Feijão carioca cozido - 2 concha média rasa
Lanche da tarde I 14h30	Leite de vaca integral com cacau - 1,5 copo Biscoito salgado integral - 10 unidade média	Banana nanica crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia média	Maçã Fuji com casca crua - 1 unidade média	Melão cru - 1 fatia média

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.532,03 kcal = 6.409,99 kj	Proteína 57,59 g (15,1% VET)	Lipídios 51,95 g (30,6% VET)	Carboidratos 207,61 g (54,3% VET)	Fibra alimentar 18,45 g
Cálcio 588,20 mg	Ferro 8,82 mg	Vitamina A 84,71 mcg	Vitamina C 13,68 mg	Custo R$ 10,11