

CARDÁPIO UNIPLURI - NOVEMBRO 2025

03/nov	04/nov		05/nov		06/nov		07/nov	
Macarrão ao Molho de Carne Moída, Tomate e Cenoura	Biscoito Caseiro/ Leite/ Café		Arroz com Frango Desfiado e Cenoura / Salada de Alface e Tomate/ Fruta (Banana)		Arroz/ Feijão Tropeiro (Banana da Terra , Ovo, Couve)/ Salada de Tomate		Polenta com Molho de Carne Moída, Couve e Tomate/ Fruta (Banana)	
	Energi	n (Kcal)	Carboia	drato (a)	Prote	ína (a)	Liní	dio (a)
Média da Semana Pré Escola	283.7	105%	52.1	118%	8.9	106%	5.2	78%
Média da Semana Fundamental I	363,0	110%	64,8	122%	12,0	120%	6,9	84%
10/nov	11/nov		12/nov		13/nov		14/nov	
Arroz/ Frango Desfiado com Molho Branco e Tomate/ Salada de Cenoura	e Arroz/ Tutu de Feijão/ Carne Moída com Molho de Tomate e Batata		Arroz/Purê de Aipim com Frango Desfiado/ Salada de Repolho e Couve		Canjiquinha com Carne Moída , Abóbora e Tomate/ Fruta (Maçã)		Bolo de Cenoura / Leite Queimado/ Fruta (Melancia)	
	Energio	a (Kcal)	Carboic	drato (g)	Prote	ína (g)	Lipí	dio (g)
Média da Semana Pré Escola	268,6	100%	44,1	100%	8,6	102%	6,6	99%
Média da Semana Fundamental I	354,1	108%	54,8	103%	12,0	120%	9,8	120%
17/nov	18/nov		19/nov		20/nov		21/nov	
	Pão Caseiro com Margarina/ Leite / Café		Arroz/Farofa com Frango Desfiado e Banana da Terra/ Salada de Alface		FERIADO		Polenta com Molho de Frango, <i>Couve</i> e Tomate/ Fruta (Banana)	
Sopa de Macarrão com Carne Moída Batata e Cenoura	Pão Caseiro com Mar	rgarina/ Leite / Café		•	FERI	CADO		3 ·
'	Pão Caseiro com Mar Energio		Banana da Terra	•		(na (q)	Tomate/ F	3 ·
'			Banana da Terra	/ Salada de Alface			Tomate/ F	ruta (Banana)
e Cenoura	Energio	a (Kcal)	Banana da Terra	/ Salada de Alface drato (g)	Prote	ína (q)	Tomate/ F	ruta (Banana)
e Cenoura Média da Semana Pré Escola	Energio 282,6	1 (Kcal) 105% 118%	Banana da Terra. Carboio 52,3 68,5	/ Salada de Alface drato (q) 119%	Prote 8,5	ína (g) 101% 130%	Tomate/ F Lipí 4,9 7,3	dio (q) 73%
e Cenoura Média da Semana Pré Escola Média da Semana Fundamental I	Energie 282,6 388,2 25/	a (Kcal) 105% 118% Inov de Frango Desfiado e	Banana da Terra. Carboio 52,3 68,5 26 Arroz/ Feijão/ Care	/ Salada de Alface drato (q) 119% 129%	Prote 8,5 13,0 27, Arroz/ Frango Desfice	ína (g) 101% 130%	Lipí 4,9 7,3 28 Biscoito Salgado/ V	ruta (Banana) dio (q) 73% 89%
Média da Semana Pré Escola Média da Semana Fundamental I 24/nov Farofa de Arroz com Carne Moída e Couve/	Energie 282,6 388,2 25/ Macarrão com Molho	a (Kcal) 105% 118% /nov de Frango Desfiado e Repolho e Cenoura	Banana da Terra. Carboio 52,3 68,5 26 Arroz/ Feijão/ Carl	/ Salada de Alface drato (q) 119% 129% /nov ne Moída com Aipim/	Prote 8,5 13,0 27, Arroz/ Frango Desfic Salada de Bat	ina (q) 101% 130% /nov ido com Molho Branco/	Lipí 4,9 7,3 28 Biscoito Salgado/ V	ruta (Banana) dio (q) 73% 89% 8/nov itamina de Polpa/ Fruta
Média da Semana Pré Escola Média da Semana Fundamental I 24/nov Farofa de Arroz com Carne Moída e Couve/	282,6 388,2 25/ Macarrão com Molho Tomate/ Salada de	a (Kcal) 105% 118% /nov de Frango Desfiado e Repolho e Cenoura	Banana da Terra. Carboio 52,3 68,5 26 Arroz/ Feijão/ Carl	/ Salada de Alface drato (g) 119% 129% /nov ne Moída com Aipim/ Welancia)	Prote 8,5 13,0 27, Arroz/ Frango Desfic Salada de Bat	ina (q) 101% 130% 'nov ido com Molho Branco/ ata e Cenoura	Lipí 4,9 7,3 28 Biscoito Salgado/ V	ruta (Banana) dio (q) 73% 89% 8/nov itamina de Polpa/ Fruta Aaçã)

Observações

- Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade da equipe técnica de nutrição

Daniela N. de Rezende Tavares Nutricionista 06 100 125

⁻ Os valores percentuais contidos no cardápio correspondem a adequação, de acordo com os valores preconizados pelo FNDE, para a faixa etária correspondente.