

CARDÁPIO UNIPLURI - DEZEMBRO 2025

| 01/dez | 02/dez | 03/dez | 04/dez | 05/dez |
|---|--|--|--|--|
| Macarrão ao Molho de Carne Moída com Tomate e Cenoura/ Fruta (Melancia) | Pão Caseiro com Margarina/ Leite/ Café | Arroz/ Feijão Tropeiro (Banana da Terra, Ovo, Couve)/ Salada de Alface | Polenta com Molho de Carne Moída, Tomate e Couve/ FRUTA (Banana) | Arroz/ Bobó (aipim) com Frango Desfiado e Tomate/ Fruta (Banana) |
| | Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídio (g) |
| Média da Semana Pré Escola | 318,0 | 18% | 60,4 | 137% |
| Média da Semana Fundamental I | 397,3 | 121% | 73,2 | 138% |
| 08/dez | 09/dez | 10/dez | 11/dez | 12/dez |
| Arroz Colorido com Cenoura/ Purê de Aipim com Carne Moída | Macarrão com Molho Branco, Frango Desfiado e Tomate/ Suco de Polpa | Arroz/ Tutu de Feijão/ Carne Moída com Abóbora | Arroz/ Caldo Verde (Batata e Couve) com Frango Desfiado | Pão Caseiro com Margarina/ Leite/ Café |
| | Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídio (g) |
| Média da Semana Pré Escola | 305,7 | 113% | 52,6 | 120% |
| Média da Semana Fundamental I | 425,2 | 129% | 68,8 | 130% |
| 15/dez | 16/dez | 17/dez | 18/dez | 19/dez |
| CARDÁPIO LIVRE (SALGADA) | CARDÁPIO LIVRE (SALGADA) | CARDÁPIO LIVRE (SALGADA) | CARDÁPIO LIVRE (SALGADA) | CARDÁPIO LIVRE (LANCHE) |
| | Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídio (g) |
| Média da Semana Pré Escola | | | | |
| Média da Semana Fundamental I | | | | |
| 22/dez | 23/dez | 24/dez | 25/dez | 26/dez |
| FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| | Energia (Kcal) | Carboidrato (g) | Proteína (g) | Lipídio (g) |
| Média da Semana Pré Escola | | | | |
| Média da Semana Fundamental I | | | | |

Observações:

- Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade da equipe técnica de nutrição
- Os valores percentuais contidos no cardápio correspondem a adequação, de acordo com os valores preconizados pelo FNDE, para a faixa etária correspondente.


Daniela N. de Rezende Tavares
Nutricionista 06 100 125