

CARDÁPIO PRÉ ESCOLA VESPERTINO - DEZEMBRO 2025

01/dez	02/dez	03/dez	04/dez	05/dez
Polenta com Frango Desfiado ao Molho de Tomate e Couve	Sopa de Macarrão Padre Nossa com Carne Moída/ Fruta (Maçã)	Arroz/ Feijão/ Frango Ensopado com Cenoura/ Fruta (Pera)	Bolo de Aveia e Maçã (sem açúcar)/ Leite (sem açúcar)/ Fruta (Manga)	Canjiquinha com Carne Moída e Batata/ Fruta (Melancia)
	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média da Semana Pré Escola	250,1 92,6%	43,0 97,7%	8,9 127,1%	5,0 62,3%
08/dez	09/dez	10/dez	11/dez	12/dez
Arroz/ Caldo de Aipim com Frango Desfiado e Couve	Macarrão Espaguetti com Carne Moída, Tomate e Cenoura	Arroz/ Feijão/ Frango Desfiado com Creme de Inhame/ Salada de Alface/ Fruta (Banana)	Bolo de Aveia com Banana (sem açúcar)/ Leite (sem açúcar)	Canjiquinha com Frango Desfiado, Tomate/ Salada de Frutas
	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média da Semana Pré Escola	249,5 92,4%	41,2 93,6%	9,2 130,9%	5,5 69,3%
15/dez	16/dez	17/dez	18/dez	19/dez
Macarrão Parafuso com Frango Desfiado, Chuchu e Molho de Tomate	Arroz/ Feijão/ Carne Moída Ensopada com Batata Doce	Arroz/ Moqueca de Peixe/ Purê de Batata/ Fruta (Pera)	Bolo de Aveia com Maçã (sem açúcar)/ Leite (sem açúcar)/ Fruta (Mamão)	Minestra (Macarrão Espaguetti/ Feijão) com Carne Moída e Cenoura / Fruta (Maçã)
	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média da Semana Pré Escola	241,4 89,4%	39,0 88,7%	9,3 132,2%	5,4 67,7%
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				

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