



CARDÁPIO – INFANTIL E FUNDAMENTAL INTEGRAL

NOVEMBRO/ 2025

	DESJEJUM	ALMOÇO
DIA 03 Segunda-feira	Vitamina de Fruta Biscoito	Arroz Feijão Farofa de Ovos com Cenoura Salada Crua
DIA 04 Terça-feira	Arroz Doce Caramelado Sobremesa: Fruta	Arroz Feijoada Nutritiva Salada Crua
DIA 05 Quarta-feira	Suco de Fruta Inhame Cozido Sobremesa: Fruta	Menestra com Legumes e Carne em Cubos Sobremesa: Fruta
DIA 06 Quinta-feira	Suco de Fruta Pão de Abóbora e Orégano com Ovos Mexidos	Canjiquinha Feijão Carne Suína com Legumes
DIA 07 Sexta-feira	Leite Caramelizado Biscoito Sobremesa: Fruta	Risoto de Frango com Legumes Feijão Salada Crua Sobremesa: Fruta
DIA 10 Segunda-feira	Arroz Doce Caramelizado Sobremesa: Fruta	Risoto de Legumes Tutu de Feijão Ovos Cozidos Salada Crua
DIA 11 Terça-feira	Suco de Fruta Bolo de Beterraba	Macarronada ao Alho Feijão Frango com Legumes
DIA 12 Quarta-feira	Leite Achocolatado Biscoito de Maisena Sobremesa: Fruta	Arroz com Cenoura e Vagem Feijão Carne Suína com Legumes Salada Crua
DIA 13 Quinta-feira	Vitamina de Fruta Biscoito Cream Cracker Banana da Terra Cozida Sobremesa: Fruta	Arroz Colorido Tutu de Feijão Carne em Cubos com Legumes Salada Crua
DIA 14 Sexta-feira	Suco de Fruta Tortinha de Legumes	Canjiquinha Feijão Carne Moída com Legumes Sobremesa: Fruta

DIA 17 Segunda-feira	Leite Caramelizado Biscoito Cream Cracker Inhame Cozido	Arroz com Vagem Feijão Moqueca de Ovos Salada Crua
DIA 18 Terça-feira	Vitamina de Fruta Biscoito de Maisena Sobremesa: Fruta	Arroz com Vagem Tutu de Feijão Farofa de Legumes com Frango Desfiado Salada Crua
DIA 19 Quarta-feira	Leite Achocolatado Biscoito Cream Cracker Sobremesa: Fruta	Polenta Feijão Carne Moída com Legumes Salada de Couve com Repolho
DIA 20 Quinta-feira	FERIADO NACIONAL	
DIA 21 Sexta-feira	Mingau de Tapioca (Coco ralado opcional) Sobremesa: Fruta	Macarronada ao Alho Feijão Ovos Cozido Salada Crua
DIA 24 Segunda-feira	Suco de Fruta Biscoito Sobremesa: Fruta	Arroz Feijão Tortinha de Ovos com Legumes Salada Crua
DIA 25 Terça-feira	Leite Achocolatado Pão de Cebola com Manteiga	Polenta Feijão Carne em Cubos com Legumes
DIA 26 Quarta-feira	Vitamina de Fruta Biscoito de Maisena Sobremesa: Fruta	Arroz Feijão Vitaminado (Tomate e Cebola) Frango Assado com Batata Salada Crua
DIA 27 Quinta-feira	Suco de Fruta Biscoito Cream Cracker Ovo Cozido Sobremesa: Fruta	Macarronada ao Alho Feijão Carne Moída com Legumes
DIA 28 Sexta-feira	Suco de Fruta Banana da Terra Cozida Sobremesa: Fruta	Arroz Feijoada Nutritiva (Cubos) Salada Crua

Nutricionistas PNAE/SMJ:

Marcela Magalhães Dalapicola
Matrícula 052923

Morghana Zocchi Souza
Matrícula 053143