



SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR – MODALIDADE: PRÉ ESCOLA/ENSINO FUNDAMENTAL

Outubro/Novembro -2025

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	Média Semanal
	06-10 – 03/11	07/10 – 04/11	08/10 – 05/11	09/10 – 06/11	10/10 – 07/11	
1ª SEMANA	Risoto Salada	Feijão, arroz, ovo cozido Salada Fruta	Bolacha caseira Leite Integral Fruta	Arroz, feijão, carne moída. Salada Fruta	Sanduíche (pão francês com presunto e queijo) Suco de fruta	Energia: 450,61kcal Proteínas: 14g (13%) Lipídeos: 11 (21%) Carboidratos: 75g (67%) Sódio: 538,05 mg
	13/10 – 10/11	14/10 – 11/11	15/10 – 12/11	16/10 – 13/11	17/10 – 14/11	
2ª SEMANA	Macarrão, peito de frango ao molho Salada	Risoto Salada Fruta	Salada de fruta (mamão, laranja, maçã, banana, abacaxi)	Polenta ao molho de iscas bovina Salada	Feijão, arroz, carne moída Salada	Energia: 354,78kcal Proteínas: 14g (15%) Lipídeos: 5g (13%) Carboidratos: 63g (72%) Sódio: 589,80 mg
	20/10 – 17/11	21/10 – 18/11	22/10 – 19/11	23/10 – 20/11	24/10 – 21/11	
3ª SEMANA	Polenta ao molho peito de frango Salada	Feijão, arroz, Carne moída Salada/ fruta	Bolacha caseira Leite integral Fruta	Pão francês com carne moída Suco de fruta	Feijão, arroz, Isca bovina refogada Salada/ fruta	Energia: 404,63kcal Proteínas: 17g (18%) Lipídeos: 8g (20%) Carboidratos: 66g (63%) Sódio: 552,07 mg
	27/10 – 24/11	28/10 – 25/11	29/10 – 26/11	30/10 – 27/11	31/10 – 28/11	
4ª SEMANA	Arroz carreteiro Salada	Feijão, arroz, farofa (legumes e ovos)	Salada de fruta (mamão, laranja, maçã, banana, abacaxi)	Feijão, arroz, Isca bovina Salada	Pão francês com carne moída Suco de fruta	Energia: 460,74kcal Proteínas: 17g (15%) Lipídeos: 6g (12%) Carboidratos: 85g (74%) Sódio: 824,21 mg

Cardápio sujeito a alterações.


Ana Paula Alegretti

Nutricionista Responsável Técnica - CRN8/4723