

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO - BERÇÁRIO MENOR

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (01 meses - 06 meses)

PERÍODO Integral



CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 A 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)

OUTUBRO - 2025

| | 1º MÊS | 2º MÊS | 3º MÊS | 4º e 5º MÊS | 6º MÊS |
|------------------------|--|--|--|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal) | PURÊ DE FRUTAS (BANANA E LARANJA MIMO) (157,15 Kcal) | VITAMINA DE FRUTAS (BANANA) (160,4 Kcal) |
| ALMOÇO (11:30h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) | PURÊ DE LEGUMES AMASSADINHO (75,24 Kcal) |
| LANCHE TARDE (14:30h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) |
| JANTAR (17:00h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) | ARROZ E CALDO DE FEIJÃO (93,2 Kcal) |

Não adicionar sal e açúcar nas preparações.

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Documento assinado digitalmente

SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 15:58:46-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>





OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|--|---|---|--|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | PAPA DE AVEIA 146,26 Kcal | VITAMINA DE MAMÃO COM MAÇÃ 118,84 Kcal | PAPINHA DE INHAME 99,51 Kcal | VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA) 99,00 Kcal | MINGAU DE BANANA COM AVEIA 249,66 Kcal |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBINHOS 45,41 Kcal | MELANCIA E MELÃO EM CUBINHOS 31,31 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 83,75 Kcal | MAÇÃ RASPADINHA 66,62 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 117,85 Kcal |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ E FEIJÃO CARIOSA 222,22 Kcal | CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO E SALADA CRUA 190,62 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE E FEIJÃO MACASSAR 216,89 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA E SALADA CRUA 166,67 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS 173,80 Kcal |
| LANCHE TARDE (14:30h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | MELÃO E MAMÃO EM CUBINHOS 34,76 Kcal | MAÇÃ RASPADINHA 66,62 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 117,85 Kcal | BANANA E MAMÃO EM CUBINHOS 63,39 Kcal | ABACAXI E BANANA CORTADINHOS 73,29 Kcal |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES 54,97 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO 73,86 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MACARRÃO 75,26 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 139,53 Kcal | INHAME COM CARNE MOÍDA 73,04 Kcal |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) Vit. C (mg) |
| | 560,20 | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET | |
| | | 104,06 | 21,51 | 8,84 | 444,61 191,69 |
| | | | | | Ca(mg) Fe (mg) |
| | | | | | 249,64 6,17 |

Não adicionar sal e açúcar nas preparações.

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 |Matrícula 105015-0)

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/ 3355-9132/

99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 15:58:46-0300

Verifique em <https://validar.itd.gov.br>

CARDÁPIO - CRECHE
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)
PERÍODO integral

CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 A 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | | | |
|--|--|--|---|--|---|-------------|---------|---------|
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | | | |
| | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | | | |
| LANCHE TARDE (14:30h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | | | |
| | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | | | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 118,84 Kcal | | | |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | | | |
| | 881,64 | 55% a 65% do VET 144,98 | 10% a 15% do VET 39,96 | 15% a 30% do VET 19,86 | | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
| | | | | | 774,22 | 405,85 | 393,83 | 7,33 |

Não adicionar açúcar nas preparações.

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

CARDÁPIO ESPECIAL DO DIA DAS CRIANÇAS

DIA 10/10

LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA.

Documento assinado digitalmente
SYNARA SILVA SOARES
Data: 30/09/2025 15:58:46-0300
Verifique em <https://validar.it.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO - CRECHE
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)
PERÍODO Parcial



RC NUTRY
Alimentação saudável e nutritiva

CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 A 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)

OUTUBRO - 2025

| | | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|----------------|-----------------------------|--|--|---|--|---|--|---------|---------|---------|
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | | 785,71 | 140,74 | 32,76 |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | | | | |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55 Kcal | | | | |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 |Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente

gov.br

SYNARA SILVA SOARES
Data: 30/09/2025 15:58:46-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

CARDÁPIO ESPECIAL DO DIA DAS CRIANÇAS

DIA 10/10

LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA.





CARDÁPIO - CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)
PERÍODO Integral

CRECHES MUNICIPAIS - CRECHE ALBÉRICO DORNELAS E MAURICEIA DIAS

OUTUBRO - 2025

| | | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | | |
|----------------|------------------------|--|--|---|--|---|--|------------------|------------------|------------------|-------|
| TURNO INTEGRAL | CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA E MAÇÃ CORTADINHA 208,77 Kcal | CUSCUZ COM LEITE E MELÃO CORTADINHO 273,42 Kcal | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 218,09 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 201,77 Kcal | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | |
| | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET | |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | | 1006,41 | 175,62 | 40,70 | 20,42 |
| | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | | | | | |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55 Kcal | | | | | |
| | | | | | | | | | | | |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/
99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 |Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 15:58:46-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

CARDÁPIO ESPECIAL DO DIA DAS CRIANÇAS

DIA 10/10

LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA.





| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | Composição nutricional (média semanal) |
|-------------------------|--|--|---|---|---|---|
| SEM 1 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | | | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | |
| LACHE DA MANHÃ (08:00h) | | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | 903,34 150,52 40,11 20,60 |
| LACHE DA TARDE (14:30h) | | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84 Kcal | |
| SEM 2 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Composição nutricional (média semanal) |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | 898,56 144,46 40,16 21,50 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA 169,19 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84 Kcal | |
| SEM 3 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal | | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | 882,56 143,21 39,59 20,24 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50 Kcal | | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84 Kcal | |
| SEM 4 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | 881,64 144,98 39,96 19,86 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50 Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84 Kcal |
| SEM 5 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | 867,33 144,64 39,34 19,16 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84 Kcal | |

Não adicionar açúcar nas preparações.

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132 / 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 16:57:25-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 A 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)

OUTUBRO - 2025

| | | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|-------------|-----------------------|--|--|---|---|--|--|---------|---------|---------|
| SEM 1 | | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | 790,22 | 142,72 | 31,90 | 14,95 |
| | ALMOÇO (11:30h) | | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | 810,37 | 142,21 | 32,96 | 15,84 |
| | JANTAR (17:00h) | | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55 Kcal | | | | |
| SEM 2 | | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | 810,37 | 142,21 | 32,96 | 15,84 |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA 207,87 Kcal | 802,57 | 141,89 | 33,09 | 14,82 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55 Kcal | | | | |
| SEM 3 | | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68 Kcal | FERIADO | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | 802,57 | 141,89 | 33,09 | 14,82 |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09 Kcal | | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 281,07 Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | FERIADO | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | 785,71 | 140,74 | 32,76 | 14,20 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72 Kcal | | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55 Kcal | | | | |
| SEM 4 | | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68 Kcal | FERIADO | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | 785,71 | 140,74 | 32,76 | 14,20 |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | FERIADO | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | 765,01 | 138,97 | 31,81 | 13,52 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72 Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | | | | |
| SEM 5 | | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | FERIADO | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | 765,01 | 138,97 | 31,81 | 13,52 |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | FERIADO | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | 765,01 | 138,97 | 31,81 | 13,52 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51 Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55 Kcal | | | | |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81) 99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 16:57:26-0300

Verifique em <https://validar.itd.gov.br>



| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | Composição nutricional (média semanal) | | |
|-------------------------|--|--|---|---|--|--|---------|---------|
| | | | | | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) |
| SEM 1 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | | | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | | | |
| LACHE DA MANHÃ (09:00h) | | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURE DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO PRETO, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | | | |
| LACHE DA TARDE (14:30h) | | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | | | |
| JANTAR (17:00h) | | | | | | | | |
| SEM 3 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Composição nutricional (média semanal) | | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURE DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | | | |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA 169,19 Kcal | | | |
| JANTAR (17:00h) | | | | | | | | |
| SEM 3 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | | | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal | FERIADO | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | | | |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | | | |
| JANTAR (17:00h) | | | | | | | | |
| SEM 4 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | | | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | FERIADO | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURE DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | | |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | | |
| JANTAR (17:00h) | | | | | | | | |
| SEM 5 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | | | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | FERIADO | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURE DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | | | |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | | | |
| JANTAR (17:00h) | | | | | | | | |

Não adicionar açúcar nas preparações.

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/

99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 16:57:26-03:00

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



ESPAÇO PERTENCER

OUTUBRO - 2025

| | | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|----------------|-----------------------------|--|--|---|--|--|--|------------------|------------------|------------------|
| SEM 1 | | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | | |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | ALMOÇO (11:30h) | | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | 599,39 | 116,58 | 22,99 | 10,34 |
| | JANTAR (17:00h) | | | | | | | | | |
| SEM 2 | | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | 615,02 | 110,66 | 24,39 | 12,22 |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA 207,87 Kcal | | | | |
| | JANTAR (17:00h) | | | | | | | | | |
| SEM 3 | | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68 Kcal | FERIADO | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09 Kcal | | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | 591,79 | 106,81 | 24,08 | 10,93 |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | FERIADO | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | | | | |
| | JANTAR (17:00h) | | | | | | | | | |
| SEM 4 | | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | 590,36 | 109,19 | 24,18 | 10,58 |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | | | | |
| | JANTAR (17:00h) | | | | | | | | | |
| SEM 5 | | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | FERIADO | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | 580,50 | 111,04 | 23,02 | 9,80 |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | | | | | |
| | JANTAR (17:00h) | | | | | | | | | |

Não adicionar açúcar nas preparações.

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)

PERÍODO Integral



CARDÁPIO - CRECHE MAGNO DELAMADRI

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | Composição nutricional (média semanal) |
|-------------------------|--|--|---|---|--|---|
| SEM 1 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | | | BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO 192,52 Kcal | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE LARANJA 218,09 Kcal | |
| LACHE DA MANHÃ (09:00h) | | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | 849,91 146,18 35,50 18,58 |
| LACHE DA TARDE (14:30h) | | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84 Kcal | |
| SEM 2 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Composição nutricional (média semanal) |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA 218,09 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO 192,52 Kcal | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE LARANJA 218,09 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ISCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 346,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | 876,90 143,97 37,62 20,55 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA 169,19 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84 Kcal | |
| SEM 3 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA 218,09 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | FERIADO | VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO 192,52 Kcal | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE LARANJA 218,09 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ISCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 346,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | 863,55 144,49 38,33 18,61 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50 Kcal | | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84 Kcal | |
| SEM 4 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA 218,09 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | FERIADO | VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO 192,52 Kcal | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE LARANJA 218,09 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ISCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 346,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | 859,98 144,48 37,43 18,91 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50 Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84 Kcal |
| SEM 5 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA 218,09 Kcal | FERIADO | BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO 192,52 Kcal | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE LARANJA 218,09 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ISCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 346,08 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | 843,46 144,03 36,32 18,12 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84 Kcal | |

Não adicionar açúcar nas preparações.

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-5101/3355-9132/9929-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81) 99421-8460

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnico: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 16:57:26-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



CARDÁPIO - CRECHE PARCEIRA MAGNO DELAMADRI

OUTUBRO - 2025

| | | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|-------------|-----------------------|--|--|---|---|---|--|---------|---------|---------|
| SEM 1 | | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | | | |
| | ALMOÇO (11:30h) | | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | 741,08 | 137,14 | 31,17 | 12,44 |
| | JANTAR (17:00h) | | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55 Kcal | | | | |
| SEM 2 | | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | | | |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA 207,87 Kcal | 780,88 | 138,87 | 32,52 | 14,34 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55 Kcal | | | | |
| SEM 3 | | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68 Kcal | FERIADO | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | | | |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09 Kcal | | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | FERIADO | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | 612,57 | 110,16 | 26,03 | 10,35 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72 Kcal | | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55 Kcal | | | | |
| SEM 4 | | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68 Kcal | FERIADO | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | | | | |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | FERIADO | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | 756,23 | 137,39 | 32,32 | 12,70 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72 Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | | | | |
| SEM 5 | | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | FERIADO | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | | | |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 383,77 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 385,62 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74 Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | FERIADO | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | 728,15 | 134,78 | 31,26 | 11,64 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51 Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55 Kcal | | | | |



| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | Composição nutricional (média semanal) |
|-------------------------|---|--|---|---|---|--|
| SEM 1 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | | | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 218,90 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | |
| LACHE DA MANHÃ (09:00h) | | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | 896,91 150,98 38,77 20,49 |
| LACHE DA TARDE (14:30h) | | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 165,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 118,84 Kcal | |
| SEM 2 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Composição nutricional (média semanal) |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 218,90 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ISCAS DE FIGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULatinHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA 169,19 Kcal | 894,70 144,74 39,35 21,43 |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 165,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 118,84 Kcal | |
| SEM 3 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal | | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 218,90 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ISCAS DE FIGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULatinHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | 877,74 143,55 38,58 20,15 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50 Kcal | | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 165,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 118,84 Kcal | |
| SEM 4 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 218,90 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ISCAS DE FIGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULatinHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | 877,78 145,25 39,15 19,79 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 165,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 118,84 Kcal | |
| SEM 5 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 218,90 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | |
| ALMOÇO (11:30h) | ISCAS DE FIGADO ACEBOLADO, PURÉ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE LARANJA 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | 862,51 144,98 38,33 19,07 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 165,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 118,84 Kcal | |

Não adicionar açúcar nas preparações.

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81) 98421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:04:29-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular

MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais

ZÔNA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 06 A 10 ANOS

PERÍODO Parcial



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 02 E 03

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|---|---|---|---|--|--|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | | | DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ 363,83 Kcal | BANANA, MAÇÃ E BEBIDA LÁCTEA 329,63 Kcal | CUSCUZ COM LEITE E MELÃO 333,93 Kcal | 342,46 | 66,35 | 12,53 | 4,29 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELANCIA 329,27 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOTAS DE CHOCOLATE COM MELÃO F TANGERINA 356,51 Kcal | FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 330,57 Kcal | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 297,39 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO COM REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA 335,72 Kcal | 329,89 | 54,98 | 12,82 | 6,96 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES E BANANA 338,98 Kcal | BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 335,72 Kcal | FERIADO | BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 328,74 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 351,98 Kcal | 338,85 | 55,82 | 10,39 | 6,38 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA 330,43 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM BANANA + MELANCIA 356,51 Kcal | CUSCUZ COM ISCAS DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO 353,57 Kcal | BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA 335,72 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 351,98 Kcal | 345,64 | 59,76 | 12,03 | 7,34 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA E MAÇÃ 325,69 Kcal | FERIADO | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 371,69 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE LIMÃO E MELÃO 343,66 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA 357,57 Kcal | 349,65 | 63,39 | 12,82 | 6,07 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/

99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:04:29-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular
MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais
ZONA Urbana
FAIXA ETÁRIA : 06 A 10 ANOS
PERÍODO Parcial



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 04 E 05

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|---|--|---|---|---|--|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | | | BANANA, MAÇÃ E BEBIDA LÁCTEA 329,63 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ 363,83 Kcal | CUSCUZ COM LEITE E MELÃO 333,93 Kcal | 342,46 | 66,35 | 12,53 | 4,29 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELANCIA 329,27 Kcal | FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 330,57 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOTAS DE CHOCOLATE COM MELÃO E TANGERINA 356,51 Kcal | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 297,39 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO COM REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA 335,72 Kcal | 329,89 | 54,98 | 12,82 | 6,96 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 335,72 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES E BANANA 338,98 Kcal | FERIADO | BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 328,74 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 351,98 Kcal | 338,85 | 55,82 | 10,39 | 6,38 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM BANANA + MELANCIA 356,51 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA 330,43 Kcal | BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA 335,72 Kcal | CUSCUZ COM ISCAS DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO 353,57 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 351,98 Kcal | 345,64 | 59,76 | 12,03 | 7,34 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA E MAÇÃ 325,69 Kcal | FERIADO | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE LIMÃO E MELÃO 343,66 Kcal | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 371,69 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA 357,57 Kcal | 349,65 | 63,39 | 12,82 | 6,07 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132 / 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:04:29-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 02 E 03

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|--|--|---|---|---|---|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| | | | | | | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| SEMANA 01 | | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | | | DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ 480,00 Kcal | BANANA E MAÇÃ + BEDIDA LÁCTEA 404,67 Kcal | CUSCUZ COM LEITE E MELÃO 419,02 Kcal | 434,56 | 81,93 | 17,07 | 5,68 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELANCIA 433,98 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE+ MELÃO E TANGERINA 401,10 Kcal | FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 475,38 Kcal | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + MAÇÃ 385,37 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, MELANCIA E REFRESCO DE TANGERINA 428,24 Kcal | 511,61 | 86,48 | 21,19 | 10,26 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | PÃO COM CARNE MOIDA COM LEGUMES E BANANA 415,40 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE MANGA 428,24 Kcal | FERIADO | BROA SEM RECHEIO, MAÇÃ E REFRESCO DE CAJU 415,42 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 422,92 Kcal | 528,99 | 86,80 | 19,39 | 10,65 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA 412,79 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E MELANCIA 401,10 Kcal | CUSCUZ COM ÍSCA DE CARNE AO MOLHO E LEGUMES 324,28 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE TANGERINA 428,24 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 422,92 Kcal | 484,66 | 80,40 | 18,83 | 11,07 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA E MAÇÃ 420,24 Kcal | FERIADO | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 425,44 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE LIMÃO + MELÃO 402,05 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA 398,88 Kcal | 520,15 | 89,06 | 19,54 | 11,65 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:04:29-0300

Verifique em <https://validar.itd.gov.br>



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 04 e 05

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|--|--|--|---|---|---|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| | | | | | | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | | | BANANA E MAÇÃ + BEDIDA LÁCTEA 404,67 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ 480,00 Kcal | CUSCUZ COM LEITE E MELÃO 419,02 Kcal | 434,56 | 81,93 | 17,07 | 5,68 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELANCIA 433,98 Kcal | FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 475,38 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE+ MELÃO E TANGERINA 401,10 Kcal | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + MAÇÃ 385,37 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, MELANCIA E REFRESCO DE TANGERINA 428,24 Kcal | 511,61 | 86,48 | 21,19 | 10,26 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE MANGA 428,24 Kcal | PÃO COM CARNE MOIDA COM LEGUMES E BANANA 415,40 Kcal | FERIADO | BROA SEM RECHEIO, MAÇÃ E REFRESCO DE CAJU 415,42 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 422,92 Kcal | 528,99 | 86,80 | 19,39 | 10,65 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E MELANCIA 401,10 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA 412,79 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE TANGERINA 428,24 Kcal | CUSCUZ COM ÍSCA DE CARNE AO MOLHO E LEGUMES 324,28 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 422,92 Kcal | 484,66 | 80,40 | 18,83 | 11,07 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA E MAÇÃ 420,24 Kcal | FERIADO | PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE LIMÃO + MELÃO 402,05 Kcal | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 425,44 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA 398,88 Kcal | 520,15 | 89,06 | 19,54 | 11,65 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente

SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:10:40-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular
MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 06 A 10 ANOS

PERÍODO Parcial



Alimentação saudável e nutritiva

ESCOLA CONVENIADAS GURI

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|--|--|--|--|---|---|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | | | BANANA, MAÇÃ E BEBIDA LÁCTEA 329,63 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ 363,83 Kcal | CUSCUZ COM LEITE E MELÃO 333,93 Kcal | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELANCIA 329,27 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOTAS DE CHOCOLATE COM MELÃO E TANGERINA 356,51 Kcal | FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 330,57 Kcal | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 297,39 Kcal | BOLO DE CENOURA COM REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA 335,72 Kcal | 329,89 | 54,98 | 12,82 | 6,96 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | BOLO DE LARANJA COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA 335,72 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES E BANANA 338,98 Kcal | FERIADO | BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ 328,74 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 351,98 Kcal | 338,85 | 55,82 | 10,39 | 6,38 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM BANANA + MELANCIA 356,51 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA 330,43 Kcal | BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 335,72 Kcal | CUSCUZ COM ISCAS DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 353,57 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 351,98 Kcal | 345,64 | 59,76 | 12,03 | 7,34 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA E MAÇÃ 325,69 Kcal | FERIADO | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE LARANJA E MELÃO 343,66 Kcal | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 371,69 Kcal | REAVALIAÇÃO DE CASOS 0,00 Kcal | 260,26 | 46,98 | 8,43 | 5,26 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:10:40-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Integral- Anos Iniciais

MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 06 a 10 anos

PERÍODO Integral



Alimentação saudável e nutritiva

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 02,03,04 e 05

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) |
|-----------------------|---|--|---|--|---|---|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 419,02 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET CHO (g) PTN (g) IUD (g) |
| ALMOÇO (12:00H) | | | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÉ DE ABÓBORA, REFRESCO DE CAJU 560,60 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal | 1439,17 246,88 57,34 27,33 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal | MAÇÃ, BANANA + BEBIDA LÁCTEA 404,67 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MAÇÃ 433,98 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 420,24 Kcal | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 422,92 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 415,40 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET CHO (g) PTN (g) IUD (g) |
| ALMOÇO (12:00 H) | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÉ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 654,52 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, PURÉ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 588,20 Kcal | ISCA DE CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULatinHO, MACARRÃO, REFRESCO DE CAJU 682,37 Kcal | FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE MANGA 564,25 Kcal | 1447,68 245,80 56,56 30,37 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 401,10 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 402,05 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ 415,42 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE COM REFRESCO DE GOIABA + BANANA 401,10 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ 428,24 Kcal | |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 431,80 Kcal | | CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 418,89 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET CHO (g) PTN (g) IUD (g) |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULatinHO, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 700,58 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 565,11 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal | 1467,93 245,49 58,21 25,58 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MELÃO 406,59 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 428,24 Kcal | | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 415,42 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA 401,10 Kcal | |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ABACAXI 385,37 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 420,24 Kcal | CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 433,98 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 419,02 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET CHO (g) PTN (g) IUD (g) |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÉ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ABACAXI 714,70 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA 682,37 Kcal | PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 601,03 Kcal | 1482,63 255,00 57,82 25,68 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 428,24 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 401,10 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 415,42 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 402,05 Kcal | |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | CURAU COM CANELA + MAÇÃ 420,24 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 425,44 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MELANCIA 388,88 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET CHO (g) PTN (g) IUD (g) |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 700,58 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÉ DE ABÓBORA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, PURÉ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA 562,72 Kcal | 1449,72 243,14 56,93 34,31 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + TANGERINA 415,42 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA 428,24 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA 401,10 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MELÃO 402,05 Kcal | |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132 / 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 15:49:35-0300

Verifique em <https://validar.itegov.br>

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - MONTEIRO LOBATO E ALTO DA GUABIRABA
OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|-----------------------|---|--|---|--|---|--|--------|---------|--|
| | | | | | | CHO (g) | PN (g) | LPD (g) | |
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | | | | |
| ALMOÇO (12:00H) | | | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA, REFRESCO DE CAJU 560,60 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal | | | | |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal | MAÇÃ, BANANA + BEBIDA LÁCTEA 404,67 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 419,02 Kcal | | | | |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 401,10 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 420,24 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ 415,42 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 422,92 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ 428,24 Kcal | | | | |
| ALMOÇO (12:00 H) | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 654,52 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 588,20 Kcal | ISCA DE CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, MACARRÃO, REFRESCO DE CAJU 682,37 Kcal | FEIJOAADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE MANGA 564,25 Kcal | | | | |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MAÇÃ 433,98 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 402,05 Kcal | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE COM REFRESCO DE GOIABA + RANANA 401,10 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 415,40 Kcal | | | | |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MELÃO 406,59 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 431,80 Kcal | | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 415,42 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 418,89 Kcal | | | | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOIDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 700,58 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 565,11 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal | | | | |
| LANCHE TARDE (15:00H) | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 428,24 Kcal | | CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA 401,10 Kcal | | | | |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ABACAXI 385,42 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 401,10 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 415,42 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 419,02 Kcal | | | | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ABACAXI 714,70 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA 682,37 Kcal | PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 601,03 Kcal | | | | |
| LANCHE TARDE (15:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 428,24 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 420,24 Kcal | CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 433,98 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 402,05 Kcal | | | | |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + TANGERINA 415,42 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 425,44 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA 401,10 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MELÃO 402,05 Kcal | | | | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOIDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 700,58 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA 562,72 Kcal | | | | |
| LANCHE TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA + MAÇÃ 420,24 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA 428,24 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MELANCIA 388,88 Kcal | | | | |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 15:49:35-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - MONTEIRO LOBATO, ALTO DA GUABIRABA, ANTONIO DE BRITO, MARIO MELO, ARRAIAL, ANDRE DE MELO E DIVINO ESPÍRITO SANTO

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) |
|-----------------------|---|--|--|---|---|--|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal | MAÇÃ, BANANA + BEBIDA LÁCTEA 404,67 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 419,02 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 401,10 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 420,24 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ 415,42 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 422,92 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ 428,24 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MAÇÃ 433,98 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 402,05 Kcal | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE COM REFRESCO DE GOIABA + BANANA 401,10 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 415,40 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MELÃO 406,59 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 431,80 Kcal | FERIADO | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 415,42 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 418,89 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| LANCHE TARDE (15:00H) | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 428,24 Kcal | | CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA 401,10 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ABACAXI 385,37 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 401,10 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 415,42 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 419,02 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| LANCHE TARDE (15:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 428,24 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 420,24 Kcal | CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 433,98 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 402,05 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + TANGERINA 415,42 Kcal | FERIADO | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 425,44 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA 401,10 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MELÃO 402,05 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| LANCHE TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA + MAÇÃ 420,24 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA 428,24 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MELANCIA 388,88 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 15:49:35-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - ANTONIO HERÁCLITO, DOM BOSCO, DIVINO ESPÍRITO SANTO E NILO PEREIRA

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) |
|-----------------------------|--|--|--|--|---|---|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | MACAXEIRA, CARNE GUISSADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | PÃO COM CARNE MÓIDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ 513,36 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 484,47 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00H) | | | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 676,75 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE CAJU 714,70 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal | 1642,27 294,54 67,00 30,04 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 478,90 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BEBIDA LÁCTEA + BANANA 516,16 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MAÇÃ 468,40 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 469,78 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUISSADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 470,60 Kcal | PÃO COM CARNE MÓIDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU + TANGERINA 513,36 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, E REFRESCO DE ACEROLA 588,20 Kcal | ISCA DE CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULatinho, MACARRÃO, REFRESCO DE CAJU 682,37 Kcal | FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE MANGA 564,25 Kcal | 1602,59 268,11 57,87 30,18 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E MELÃO 477,01 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MAÇÃ 468,07 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 482,94 Kcal | |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | MACAXEIRA, CARNE GUISSADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 474,80 Kcal | | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 479,30 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MÓIDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULatinho, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 700,58 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 565,11 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal | 1613,79 277,00 66,56 29,32 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELÃO 478,90 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 468,07 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E TANGERINA 516,16 Kcal | |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI + BANANA 490,48 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 469,78 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 484,47 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ABACAXI 503,74 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA 682,37 Kcal | PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 601,03 Kcal | 1576,16 267,43 57,56 27,83 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 482,94 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MELÃO E TANGERINA 516,16 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELÃO 468,07 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 477,01 Kcal | |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | CURAU COM CANELA + MAÇÃ 469,78 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 497,71 Kcal | PÃO COM CARNE MÓIDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 513,36 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MELANCIA 448,38 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MÓIDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 700,58 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 654,52 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA 562,72 Kcal | 1589,08 268,39 64,19 30,49 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 468,07 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELÃO 516,16 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO 477,01 Kcal | |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente

gov.br
SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 15:49:35-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Integral- Anos Finais

MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Finais

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO Integral



Alimentação saudável e nutritiva

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - PAULO VI, ANTONIO FARIAS FILHO, ANTONIO DE BRITO E MARIO MELO

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) |
|-----------------------|---|--|--|--|--|--|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | MACAXEIRA, CARNE GUISSADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ 513,36 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00H) | | | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA, REFRESCO DE ABACAXI 560,60 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal | 1610,90 292,29 62,99 27,21 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 478,90 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BEBIDA LÁCTEA + BANANA 516,16 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 484,47 Kcal | |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 469,78 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MAÇÃ 468,07 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 470,60 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 482,94 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 565,11 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 564,52 Kcal | ISCA DE CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, MACARRÃO, REFRESCO DE CAJU 682,37 Kcal | FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE MANGA 564,25 Kcal | 1615,85 263,94 59,73 32,33 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MAÇÃ 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 477,01 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUISSADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU + TANGERINA 513,36 Kcal | |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELÃO 478,90 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 474,80 Kcal | | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 468,07 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 479,30 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 700,58 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 565,11 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal | 1613,79 277,00 66,56 29,32 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | MACAXEIRA, CARNE GUISSADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E TANGERINA 516,16 Kcal | |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI + BANANA 490,48 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MELÃO E TANGERINA 516,16 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELÃO 468,07 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 484,47 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 654,52 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ABACAXI 503,74 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA 682,37 Kcal | PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 601,03 Kcal | 1571,71 263,74 57,83 28,72 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 482,94 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 469,78 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 477,01 Kcal | |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 468,07 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 497,71 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELÃO 516,16 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO 477,01 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 700,58 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA 562,72 Kcal | 1593,88 271,45 63,93 29,85 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA + MAÇÃ 469,78 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 513,36 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MELANCIA 448,38 Kcal | |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)
Fornecedor: (81)99421-8450

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 15:49:35-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - NADIR COLAÇO, SÃO CRISTÓVÃO, IPUTINGA, ARRAIAL E ANDRÉ DE MELO

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|-----------------------|--|--|---|---|---|--|---------|---------|--|
| | | | | | | CHO (g) | PTN (g) | IPD (g) | |
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ 513,36 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | | | | |
| ALMOÇO (12:00H) | | | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 654,52 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÉ DE ABÓBORA, REFRESCO DE CAJU 560,60 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal | | | | |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 478,90 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BEBIDA LÁCTEA + BANANA 516,16 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 484,47 Kcal | | | | |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 469,78 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MAÇÃ 468,07 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 470,60 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 482,94 Kcal | | | | |
| ALMOÇO (12:00 H) | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÉ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, PURÉ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 588,20 Kcal | ISCA DE CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, MACARRÃO, REFRESCO DE CAJU 682,37 Kcal | FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE MANGA 564,25 Kcal | | | | |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MAÇÃ 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 477,01 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU + TANGERINA 513,36 Kcal | | | | |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELÃO 478,90 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 474,80 Kcal | | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 468,07 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 479,30 Kcal | | | | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 700,58 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 654,52 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 565,11 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal | | | | |
| LANCHE TARDE (15:00H) | MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E TANGERINA 516,16 Kcal | | | | |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI + BANANA 490,48 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MELÃO E TANGERINA 516,16 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELÃO 468,07 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 484,47 Kcal | | | | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÉ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ABACAXI 503,74 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA 682,37 Kcal | PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 601,03 Kcal | | | | |
| LANCHE TARDE (15:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 482,94 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 469,78 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 477,01 Kcal | | | | |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 468,07 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 497,71 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELÃO 516,16 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO 477,01 Kcal | | | | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 700,58 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÉ DE ABÓBORA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, PURÉ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA 562,72 Kcal | | | | |
| LANCHE TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA + MAÇÃ 469,78 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 513,36 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MELANCIA 448,38 Kcal | | | | |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnico: Synara Soares (Nutricionista - CRN 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:10:40-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - PAULO VI, NADIR COLAÇO, ANTONIO FARIAS FILHO, SÃO CRISTÓVÃO, IPUTINGA, ANTONIO DE BRITO, MARIO MELO, ARRAIAL E ANDRE DE MELO

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) |
|-----------------------|---|---|---|---|--|--|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ 513,36 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 478,90 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BEBIDA LÁCTEA + BANANA 516,16 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 484,47 Kcal | 493,18 104,39 12,58 7,47 |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 469,78 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MAÇÃ 468,07 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 470,60 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 482,94 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MAÇÃ 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E MELÃO 477,01 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU + TANGERINA 513,36 Kcal | 506,35 79,30 13,54 10,97 |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELÃO 478,90 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 474,80 Kcal | FERIADO | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 468,07 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 479,30 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| LANCHE TARDE (15:00H) | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E TANGERINA 516,16 Kcal | 507,30 91,84 17,79 8,73 |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI + BANANA 490,48 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MELÃO E TANGERINA 516,16 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELÃO 468,07 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 484,47 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| LANCHE TARDE (15:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 482,94 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 469,78 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 477,01 Kcal | 474,28 70,65 11,78 12,72 |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 468,07 Kcal | FERIADO | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 497,71 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELÃO 516,16 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO 477,01 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| LANCHE TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA + MAÇÃ 469,78 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 513,36 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MELANCIA 448,38 Kcal | 478,62 80,13 17,08 12,16 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:10:40-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular

MODALIDADE DE ENSINO: Regular- Anos Finais

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO Parcial



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - ALMOÇOS PROJETOS

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|-----------------|---|---|--|---|--|--|-----------------------------------|-----------------------------------|-----------------------------------|
| | | | | | | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | | |
| ALMOÇO (12:00H) | | | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA, REFRESCO DE CAJU 673,72 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal | 637,73 | 101,55 | 32,57 | 11,70 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | | | | |
| ALMOÇO (12:00H) | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 588,20 Kcal | ISCA DE CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, MACARRÃO, REFRESCO DE CAJU 682,37 Kcal | FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE MANGA 564,25 Kcal | 622,38 | 100,50 | 32,74 | 10,42 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | | | | |
| ALMOÇO (12:00H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 700,58 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 565,11 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal | 631,23 | 101,29 | 33,15 | 10,68 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | | | | |
| ALMOÇO (12:00H) | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ABACAXI 553,66 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA 682,37 Kcal | PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 601,03 Kcal | 623,44 | 103,93 | 33,33 | 8,74 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | | | | |
| ALMOÇO (12:00H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 700,58 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA 562,72 Kcal | 625,53 | 100,41 | 32,94 | 10,49 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:10:40-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO

MODALIDADE DE ENSINO: EJA/PROJOVEM/PROFISSIONALIZANTE

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 19 A 60 ANOS

PERÍODO Parcial



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 02,03,04 e 05

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|-----------------------|---|---|--|--|---|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | | |
| LANCHE NOITE (19:00H) | | | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES + MELANCIA E MAÇÃ 470,60 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES + MELÃO E BANANA 473,29 Kcal | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | CREME DE FRANGO COM LEGUMES E ARROZ + MELANCIA 503,85 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE LIMÃO 556,81 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + TANGERINA 474,80 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MAÇÃ 448,38 Kcal | 493,36 | 82,79 | 19,89 | 9,96 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | CARÁ, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE LIMÃO 487,59 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES + MELÃO E TANGERINA 470,60 Kcal | FERIADO | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 478,90 Kcal | CUSCUZ RECHEADO + REFRESCO DE ACEROLA 528,33 Kcal | 491,35 | 84,40 | 25,15 | 8,99 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | CUSCUZ, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 442,55 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 479,30 Kcal | BATATA DOCE, ISCAS DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 479,95 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA E BANANA 468,07 Kcal | CURAU COM CANELA + MELÃO 469,78 Kcal | 467,93 | 77,02 | 18,73 | 9,36 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BEBIDA LÁCTEA + MELÃO 516,16 Kcal | FERIADO | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + BANANA E MELANCIA 490,48 Kcal | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ + REFRESCO DE LIMÃO 497,71 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + TANGERINA 468,40 Kcal | 493,19 | 68,27 | 16,50 | 11,32 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:14:45-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



UTEC LARGO DOM LUIZ, UTEC JARDIM BOTÂNICO, UTEC CORDEIRO, UTEC CAXANGÁ, UTEC GREGÓRIO BEZERRA, UTEC ALTO SANTA TEREZINHA, UTEC NOVA DESCOPERTA

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|---|---|---|--|---|--|---|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| | | | | | | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (9H00)/ LANCHE TARDE (15H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal | MAÇÃ, BANANA + BEBIDA LÁCTEA 404,67 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | 413,17 | 78,98 | 8,33 | 9,38 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (9H00)/ LANCHE TARDE (15H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + MELANCIA E TANGERINA 401,10 Kcal | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + MELÃO 385,37 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ 415,42 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE + BANANA E MELANCIA 401,10 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ 428,24 Kcal | 406,25 | 74,46 | 8,53 | 7,78 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (9H00)/ LANCHE TARDE (15H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MELÃO 406,59 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 428,24 Kcal | FERIADO | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 415,42 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E MELANCIA 401,10 Kcal | 412,84 | 74,47 | 6,59 | 9,27 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (9H00)/ LANCHE TARDE (15H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 428,24 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E TANGERINA 401,10 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 415,42 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES + MELÃO 415,40 Kcal | 417,68 | 75,19 | 8,68 | 8,82 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (9H00)/ LANCHE TARDE (15H) | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + TANGERINA 415,42 Kcal | FERIADO | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA 428,24 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E MAÇÃ 401,10 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MELÃO 402,05 Kcal | 411,70 | 80,60 | 5,53 | 7,01 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:14:45-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Integral- Anos Finais

MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Finais

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO Integral



ESCOLA MUNICIPAL MANGABEIRA

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) |
|-----------------------|---|---|---|--|--|--|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ 513,36 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 484,47 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00H) | | | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 676,72 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 714,70 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal | 1662,27 294,54 67,00 30,04 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 487,90 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BEBIDA LÁCTEA + BANANA 516,16 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MAÇÃ 468,40 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 473,29 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 470,60 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU + TANGERINA 513,36 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA CRUA E REFRESCO DE GOIABA 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MULATINHO, MACARRÃO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 588,20 Kcal | ISCA DE CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, MACARRÃO, REFRESCO DE CAJU 682,37 Kcal | FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE MANGA 564,25 Kcal | 1603,29 268,81 61,65 27,49 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 477,01 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MAÇÃ 468,07 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 482,94 Kcal | |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 474,80 Kcal | | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 479,30 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 700,58 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA CRUA E REFRESCO DE ACEROLA 565,11 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal | 1613,79 277,00 64,54 29,32 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELÃO 478,90 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 468,07 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E TANGERINA 516,16 Kcal | |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI + BANANA 490,48 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 469,78 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | CUSCUZ COM OVO E REFRESCO DE CAJU 366,99 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA CRUA E REFRESCO DE ABACAXI 503,74 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA 682,37 Kcal | PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 601,03 Kcal | 1552,66 258,55 57,49 28,85 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 482,94 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MELÃO E TANGERINA 516,16 Kcal | BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELÃO 468,07 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 477,01 Kcal | |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ 470,60 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 497,71 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 513,36 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MELANCIA 448,38 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 700,58 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MULATINHO, MACASSAR, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 654,52 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA 562,72 Kcal | 1589,29 270,58 48,15 26,81 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E TANGERINA 468,07 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELÃO 516,16 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO 477,01 Kcal | |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:14:45-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular
MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais
ZONA Urbana
FAIXA ETÁRIA : 06 A 10 ANOS
PERÍODO Parcial



ESCOLA MUNICIPAL MANGABEIRA

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--------------------------------------|---|---|---|--|--|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | | | DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ 363,83 Kcal | BANANA, MAÇÃ E BEBIDA LÁCTEA 329,63 Kcal | CUSCUZ COM LEITE E MELÃO 333,93 Kcal | 342,46 | 66,35 | 12,53 | 4,29 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELANCIA 329,27 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOTAS DE CHOCOLATE COM MELÃO E TANGERINA 356,51 Kcal | FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 330,57 Kcal | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 297,39 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO COM REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA 335,72 Kcal | 329,89 | 54,98 | 12,82 | 6,96 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES E BANANA 338,98 Kcal | BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 335,72 Kcal | FERIADO | BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 328,74 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 351,98 Kcal | 338,85 | 55,82 | 10,39 | 6,38 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA 330,43 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM BANANA + MELANCIA 356,51 Kcal | CUSCUZ COM ISCAS DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO 353,57 Kcal | BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA 335,72 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 351,98 Kcal | 345,64 | 59,76 | 12,03 | 7,34 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA E MAÇÃ 325,69 Kcal | FERIADO | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 371,69 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE LIMÃO E MELÃO 343,66 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA 357,57 Kcal | 349,65 | 63,39 | 12,82 | 6,07 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente

SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:14:45-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



CARDÁPIO
MODALIDADE DE ENSINO: EJA/PROJOVEM
ZONA Urbana
FAIXA ETÁRIA : 19 A 60 ANOS
PERÍODO Parcial

ESCOLA MUNICIPAL MANGABEIRA

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|-----------------------|---|--|---|---|--|--|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | | | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ 513,36 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 484,47 Kcal | 518,21 | 97,45 | 20,04 | 6,54 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MAÇÃ 468,40 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 473,29 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 470,60 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU + TANGERINA 513,36 Kcal | 496,49 | 71,46 | 20,49 | 9,54 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 474,80 Kcal | FERIADO | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 479,30 Kcal | 496,05 | 80,48 | 23,17 | 9,73 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI + BANANA 490,48 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 469,78 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | CUSCUZ COM OVO E REFRESCO DE CAJU 366,99 Kcal | 453,79 | 64,02 | 15,11 | 11,40 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ 470,60 Kcal | FERIADO | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 497,71 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 513,36 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MELANCIA 448,38 Kcal | 482,51 | 78,52 | 26,15 | 7,76 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)99421-8450

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente

SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:14:45-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO - BERÇÁRIO MENOR

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (01 meses - 06 meses)

PERÍODO Integral



CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 A 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)

OUTUBRO - 2025

| | 1º MÊS | 2º MÊS | 3º MÊS | 4º e 5º MÊS | 6º MÊS |
|------------------------|--|--|--|--|--|
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal) | PURÊ DE FRUTAS (BANANA E LARANJA MIMO) (157,15 Kcal) | VITAMINA DE FRUTAS (BANANA) (160,4 Kcal) |
| ALMOÇO (11:30h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) | PURÊ DE LEGUMES AMASSADINHO (75,24 Kcal) |
| LANCHE TARDE (14:30h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) |
| JANTAR (17:00h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO |
| | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal) | FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal) | ARROZ E CALDO DE FEIJÃO (93,2 Kcal) |

Não adicionar sal e açúcar nas preparações.

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 |Matrícula 105015-0)

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)98944.9783

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 3355-9151

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES
Data: 30/09/2025 17:39:57-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

CARDÁPIO - BERÇÁRIO MAIOR
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA (07 meses - 11 meses)
PERÍODO Integral

CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 A 06) E PARCEIRAS (RPA 02,03,04 e 05)

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | | | |
|--|---|---|--|---|--|-------------|--------|---------|
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | | | |
| | PAPA DE AVEIA 146,26 Kcal | VITAMINA DE MAMÃO COM MAÇÃ 118,84 Kcal | PAPINHA DE INHAME 99,51 Kcal | VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA) 99,00 Kcal | MINGAU DE BANANA COM AVEIA 249,66 Kcal | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA CORTADINHOS 45,41 Kcal | MELANCIA E MELÃO CORTADINHOS 31,31 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 83,75 Kcal | MAÇÃ RASPADINHA 66,62 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 117,85 Kcal | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ E FEIJÃO CARIOSA 222,22 Kcal | CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO E SALADA CRUA 190,62 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE E FEIJÃO MACASSAR 216,89 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA E SALADA CRUA 166,67 Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS 173,86 Kcal | | | |
| LANCHE TARDE (14:30h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | | | |
| | MELÃO E MAMÃO CORTADINHOS 34,76 Kcal | MAÇÃ RASPADINHA 66,62 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 117,85 Kcal | BANANA E MAMÃO CORTADINHOS 63,39 Kcal | ABACAXI E BANANA CORTADINHOS 73,29 Kcal | | | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES 54,97 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO 73,86 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MACARRÃO 75,26 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 139,53 Kcal | INHAME COM CARNE MOÍDA 73,04 Kcal | | | |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca(mg) | Fe (mg) |
| | 560,21 | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET | | | | |
| | | 104,06 | 21,51 | 8,84 | 444,61 | 191,69 | 249,64 | 6,17 |

Não adicionar sal e açúcar nas preparações.

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

CARDÁPIO - CRECHE
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)
PERÍODO integral

CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 E 06) E CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | | | |
|--|--|--|--|--|---|-------------|---------|---------|
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | | | |
| | PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal | CUSCUZ COM OVO E SUCO DE MARACUJÁ 210,79 Kcal | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45 Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37 Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58 Kcal | MAÇÃ E MELÃO EM CUBOS 90,11 Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 345,08 Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41 Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE MARACUJÁ 346,94 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38 Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06 Kcal | | | |
| LANCHE TARDE (14:30h) | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | ALEITAMENTO MATERNO | | | |
| | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86 Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal | | | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87 Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89 Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84 Kcal | | | |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
| | 886,72 | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET | | | | |
| | | 144,87 | 40,36 | 20,04 | 771,08 | 462,37 | 362,62 | 7,45 |

Não adicionar açúcar nas preparações.

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)
Fornecedor: (81)98944.9783

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 3355-9151

CARDÁPIO ESPECIAL DO DIA DAS CRIANÇASDIA 10/10

LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA.

Documento assinado digitalmente

gov.br
SYNARA SILVA SOARES
Data: 30/09/2025 17:39:58-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO - CRECHE
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)
PERÍODO Parcial



CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 E 06) E CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

OUTUBRO - 2025

| | | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|----------------|-----------------------------|---|---|---|---|--|--|------------------|------------------|------------------|
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 383,77Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE MARACUJÁ 385,62Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07Kcal | FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59Kcal | 785,71 | 140,74 | 32,76 | 14,20 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55Kcal | | | | |

Não adicionar açúcar nas preparações.

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 |Matrícula 105015-0)

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)98944.9783

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 3355-9151

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:39:58-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

CARDÁPIO ESPECIAL DO DIA DAS CRIANÇAS

DIA 10/10

LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA.





| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | Composição nutricional (média semanal) | | | | |
|--------------------------|---|---|---|---|---|---|---------|---------|---------|-------|
| | | | | | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | |
| SEM 1 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | | | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | | | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52Kcal | | | | | |
| LANCHE DA MANHÃ (09:00h) | | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | | | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE MARACUJÁ 346,94Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06Kcal | | 903,34 | 150,52 | 40,11 | |
| LANCHE DA TARDE (14:30h) | | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59Kcal | | | | | |
| JANTAR (17:00h) | | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84Kcal | | | | | |
| SEM 2 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Composição nutricional (média semanal) | | | | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26Kcal | CUSCUZ COM OVO E SUCO DE MARACUJÁ 210,79Kcal | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52Kcal | | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | | | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 345,08Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE MARACUJÁ 346,94Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06Kcal | | | | | |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86Kcal | BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA 169,19Kcal | | 899,64 | 143,57 | 40,76 | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84Kcal | | | | | |
| SEM 3 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | | | | | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26Kcal | CUSCUZ COM OVO E SUCO DE MARACUJÁ 210,79Kcal | FERIADO | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52Kcal | | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58Kcal | | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | | | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 345,08Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41Kcal | | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06Kcal | | 883,91 | 142,09 | 40,34 | |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal | | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59Kcal | | | | | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50Kcal | | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84Kcal | | | | | |
| SEM 4 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | | | | | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26Kcal | CUSCUZ COM OVO E SUCO DE MARACUJÁ 210,79Kcal | FERIADO | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52Kcal | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal | VITAMINA DE GOIABA 115,58Kcal | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 345,08Kcal | CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 356,41Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE MARACUJÁ 346,94Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06Kcal | | 882,72 | 144,09 | 40,56 |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59Kcal | | | | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 186,50Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84Kcal | | | | |
| SEM 5 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | | | | | |
| CAFÉ DA MANHÃ (07:00h) | PAPA DE AVEIA 153,26Kcal | FERIADO | INHAME COM OVO E SUCO DE ACEROLA 201,45Kcal | PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA 237,37Kcal | VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52Kcal | | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | | | | | |
| ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA E SUCO DE LARANJA 345,08Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE MARACUJÁ 346,94Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 242,38Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 295,06Kcal | | 867,33 | 144,64 | 39,34 | |
| LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 178,86Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59Kcal | | | | | |
| JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 120,87Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 185,89Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOIDA 118,84Kcal | | | | | |

Não adicionam açúcar nas preparações.

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-8101/3355-9132/ 98299-9802 (WhatsApp)

Fone: (81) 98944-9793

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 3358-9151

Documento assinado digitalmente

gov.br SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:39:58-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 E 06) E CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

OUTUBRO - 2025

| | | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|----------------|-----------------------------|--|--|---|--|--|--|---------|---------|---------|
| SEM 1 | | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | | | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | | | | |
| | ALMOÇO (11:30h) | | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE MARACUJÁ 385,62Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | | | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59Kcal | 790,22 | 142,72 | 31,90 | 14,95 |
| | JANTAR (17:00h) | | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55Kcal | | | | |
| SEM 2 | | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68Kcal | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | | | | |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 383,77Kcal | CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09Kcal | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE MARACUJÁ 385,62Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55Kcal | BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU E SUCO DE ACEROLA 207,87Kcal | 810,37 | 142,21 | 32,96 | 15,84 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55Kcal | | | | |
| SEM 3 | | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68Kcal | FERIADO | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | | | | |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 383,77Kcal | CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09Kcal | | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal | FERIADO | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55Kcal | ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59Kcal | 802,57 | 141,89 | 33,09 | 14,82 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72Kcal | | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36Kcal | ESCONDIDINHO DE BATATA COM CARNE MOÍDA 178,55Kcal | | | | |
| SEM 4 | | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal | VITAMINA DE GOIABA 159,68Kcal | FERIADO | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | | | | |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 383,77Kcal | CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA 395,09Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE MARACUJÁ 385,62Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal | FERIADO | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55Kcal | 785,71 | 140,74 | 32,76 | 14,20 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36Kcal | | | | |
| SEM 5 | | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| TURNO MANHÃ | LANCHE MANHÃ (09:00h) | ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal | FERIADO | MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal | BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | | | | |
| | ALMOÇO (11:30h) | ÍSCA DE FIGADO ACEBOLADO, PURÊ DE BATATA, ARROZ, FEIJÃO CARIOSA E SUCO DE LARANJA 383,77Kcal | | FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE MARACUJÁ 385,62Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOSA, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI 281,07Kcal | FRANGO GUISSADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA 333,74Kcal | | | | |
| TURNO TARDE | LANCHE TARDE (14:30h) | MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal | MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal | FERIADO | SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal | BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA 217,55Kcal | 765,01 | 138,97 | 31,81 | 13,52 |
| | JANTAR (17:00h) | SOPA CREME DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 165,51Kcal | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE ABACAXI 238,72Kcal | | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA 260,36Kcal | | | | |

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular

MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 06 A 10 ANOS

PERÍODO Parcial



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|--|--|--|--|--|---|--------------------------------|--------------------------------|-----------------------------|
| | | | | | | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | | | DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ 363,83 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM BANANA + MELANCIA 356,51 Kcal | CUSCUZ COM LEITE E MELÃO 333,93 Kcal | 351,42 | 63,59 | 12,11 | 6,14 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELANCIA 329,27 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOTAS DE CHOCOLATE COM MELÃO E TANGERINA 356,51 Kcal | FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 330,57 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO COM REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA 335,72 Kcal | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 297,39 Kcal | 329,89 | 54,98 | 12,82 | 6,96 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES E MELANCIA 338,98 Kcal | BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELÃO 335,72 Kcal | FERIADO | BANANA, MELANCIA E BEBIDA LÁCTEA 329,63 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 351,98 Kcal | 339,08 | 61,85 | 10,69 | 6,37 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 330,43 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM BANANA + MELANCIA 356,51 Kcal | CUSCUZ COM ISCAS DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO 353,57 Kcal | BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA 335,72 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E TANGERINA 351,98 Kcal | 345,64 | 59,76 | 12,03 | 7,34 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | | | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA E MELANCIA 325,69 Kcal | FERIADO | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 371,69 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE LIMÃO E MELÃO 343,66 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA 357,57 Kcal | 349,65 | 63,39 | 12,82 | 6,07 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)98944.9783

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:43:14-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular

MODALIDADE DE ENSINO: Regular- Anos Finais/Profissionalizante

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO Parcial



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|--|--|--|---|--|--|---|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | | | DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ 480,00 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO + BANANA E MELANCIA 401,10 Kcal | CUSCUZ COM LEITE E MELÃO 419,02 Kcal | 433,37 | 76,41 | 15,81 | 7,91 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELANCIA 433,98 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE+ MELÃO E TANGERINA 401,10 Kcal | FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 475,38 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, MELANCIA E REFRESCO DE TANGERINA 428,24 Kcal | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + MAÇÃ 385,37 Kcal | 511,61 | 86,48 | 21,19 | 10,26 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | PÃO COM CARNE MOIDA COM LEGUMES E MELANCIA 415,40 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 428,24 Kcal | FERIADO | BANANA E MELANCIA + BEDIDA LÁCTEA 404,67 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 422,92 Kcal | 526,30 | 91,16 | 20,03 | 10,75 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 412,79 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E MELANCIA 401,10 Kcal | CUSCUZ COM ÍSCA DE CARNE AO MOLHO E LEGUMES 324,28 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE TANGERINA 428,24 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E TANGERINA 422,92 Kcal | 484,66 | 80,40 | 18,83 | 11,07 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA E MELANCIA 420,24 Kcal | FERIADO | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 425,44 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE LIMÃO + MELÃO 402,05 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA 398,88 Kcal | 520,15 | 89,06 | 19,54 | 11,65 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)98944.9783

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:43:14-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) |
|-----------------------|--|--|---|---|--|---|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal | MAÇÃ, BANANA + BEBIDA LÁCTEA 404,67 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00H) | | | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 503,74 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal | 1420,21 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 419,02 Kcal | |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 401,10 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 402,05 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ 406,59 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE COM REFRESCO DE GOIABA + BANANA 401,10 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ 428,24 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 575,04 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, MACARRÃO, REFRESCO DE ACEROLA 756,22 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE MANGA 564,25 Kcal | 1461,89 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 433,98 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 420,24 Kcal | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 422,92 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 415,40 Kcal | |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MELÃO 406,59 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 428,24 Kcal | | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 402,05 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA 401,10 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 700,58 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA CRUA E REFRESCO DE ACEROLA 565,11 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal | 1459,47 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 431,80 Kcal | | CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 418,89 Kcal | |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 428,24 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 401,10 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 406,59 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 402,05 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA 636,80 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ABACAXI 654,52 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA 682,37 Kcal | PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 601,03 Kcal | 1460,84 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ABACAXI 385,37 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 420,24 Kcal | CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 433,98 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 419,02 Kcal | |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA 428,24 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA 401,10 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MELÃO 402,05 Kcal | |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 700,58 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA 562,72 Kcal | 1447,51 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA + MELANCIA 420,24 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 425,44 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MAÇÃ 388,88 Kcal | |

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06 – Maria Sampaio Lucena
OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | |
|-----------------------|--|--|---|---|---|--|------------------|------------------|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MELÃO 478,90 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BEBIDA LÁCTEA + BANANA 516,16 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E TANGERINA 482,94 Kcal | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00H) | | | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 503,74 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal | 1591,95 | 289,55 | 63,14 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 513,36 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 484,47 Kcal | | | |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELANCIA 516,16 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MELANCIA 477,01 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ E MELANCIA 478,90 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 482,94 Kcal | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, PURÉ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 575,04 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 756,22 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE MANGA 564,25 Kcal | 1616,89 | 266,96 | 62,27 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 469,78 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA 470,60 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 513,36 Kcal | | | |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA E MELÃO 478,90 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E MELANCIA 482,94 Kcal | | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 477,01 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 700,58 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA CRUA E REFRESCO DE ACEROLA 565,11 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal | 1610,72 | 279,77 | 67,63 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 474,80 Kcal | | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 479,30 Kcal | | | |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 482,94 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E TANGERINA 516,16 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 478,90 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 477,01 Kcal | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÉ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA 636,80 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ABACAXI 654,52 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE MANGA 682,37 Kcal | PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 601,03 Kcal | 1600,49 | 270,25 | 60,47 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ 490,48 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 469,78 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 484,47 Kcal | | | |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 478,90 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MELÃO E TANGERINA 482,94 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MELÃO 477,01 Kcal | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 700,58 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, PURÉ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA 562,72 Kcal | 1596,59 | 274,67 | 66,30 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA + MELANCIA 469,78 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 497,71 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MELÃO 513,36 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MAÇÃ 448,38 Kcal | | | |

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS RPA 01 E 06 - Luiz Vaz de Camões e Reitor João Alfredo
OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) |
|-----------------------|--|--|---|---|---|--|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MELÃO 478,90 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 513,36 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E TANGERINA 482,94 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00H) | | | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 503,74 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal | 1591,95 289,55 63,14 26,00 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BEBIDA LÁCTEA + BANANA 516,16 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 484,47 Kcal | |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELANCIA 516,16 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 469,78 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ E MELANCIA 478,90 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA 470,60 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 482,94 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 575,04 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 756,22 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE MANGA 564,25 Kcal | 1616,89 266,96 62,27 33,28 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MELANCIA 477,01 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELÃO 516,16 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 513,36 Kcal | |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA E MELÃO 478,90 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 474,80 Kcal | | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 700,58 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA CRUA E REFRESCO DE ACEROLA 565,11 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal | 1610,72 279,77 67,63 29,60 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E MELÃO 482,94 Kcal | | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 477,01 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 479,30 Kcal | |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 482,94 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 469,78 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 478,90 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 477,01 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E REFRESCO DE ACEROLA 636,80 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ABACAXI 654,52 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA 682,37 Kcal | PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 601,03 Kcal | 1600,49 270,25 60,47 31,23 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ 490,48 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E TANGERINA 516,16 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 484,47 Kcal | |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 478,90 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MELÃO E TANGERINA 482,94 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MELÃO 513,36 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MELÃO 477,01 Kcal | Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 700,58 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA 562,72 Kcal | 1596,59 274,67 66,30 31,81 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA + MELANCIA 469,78 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 497,71 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELÃO 516,16 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MAÇÃ 448,38 Kcal | |

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06 – Oswaldo Lima Filho, Costa Porta, Cícero Franklin e Pedro Augusto
OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|-----------------------|--|--|---|---|---|--|------------------|------------------|------------------|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MELÃO 478,90 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 513,36 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E TANGERINA 482,94 Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00H) | | | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 676,75 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 503,74 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal | | 1591,95 | 289,55 | 63,14 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BEBIDA LÁCTEA + BANANA 516,16 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 484,47 Kcal | | | | 26,00 |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELANCIA 516,16 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 469,78 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ E MELANCIA 478,90 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA 470,60 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 482,94 Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 654,52 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, MACARRÃO, REFRESCO DE ACEROLA 682,37 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE MANGA 564,25 Kcal | 1618,02 | 266,38 | 61,61 | 33,90 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MELANCIA 477,01 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE, REFRESCO DE GOIABA + BANANA FIM FÁ 516,16 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 513,36 Kcal | | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA E MELÃO 478,90 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 474,80 Kcal | | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 700,58 Kcal | CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA CRUA E REFRESCO DE ACEROLA 565,11 Kcal | DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal | 1610,72 | 279,77 | 67,63 | 29,60 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E MELANCIA 482,94 Kcal | | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 477,01 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 479,30 Kcal | | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 482,94 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 469,78 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 478,90 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 477,01 Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal | FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E REFRESCO DE ACEROLA 714,70 Kcal | CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ABACAXI 610,73 Kcal | CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA 682,37 Kcal | PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 601,03 Kcal | 1607,31 | 271,94 | 61,58 | 30,84 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ 490,48 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E TANGERINA 516,16 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 484,47 Kcal | | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 478,90 Kcal | | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MELÃO E TANGERINA 482,94 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 513,36 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MELÃO 477,01 Kcal | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| ALMOÇO (12:00 H) | CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA 700,58 Kcal | FERIADO | ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal | FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 673,72 Kcal | COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA 562,72 Kcal | 1596,59 | 274,67 | 66,30 | 31,81 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA + MELANCIA 469,78 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 497,71 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MAÇÃ 448,38 Kcal | | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |



| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) |
|-----------------------|--|---|---|--|--|--|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do 10% a 15% do 15% a 30% do |
| LANCHE TARDE (15:00h) | | | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | MAÇÃ, BANANA + BEBIDA LÁCTEA 404,67 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 419,02 Kcal | 416,74 64,55 13,72 12,57 |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 401,10 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 420,24 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ 406,59 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 422,92 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ 428,24 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do 10% a 15% do 15% a 30% do |
| LANCHE TARDE (15:00h) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 433,98 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 402,05 Kcal | MACAXEIRA COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES 443,50 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE COM REFRESCO DE GOIABA + BANANA 401,10 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 415,40 Kcal | 419,21 72,85 15,12 8,36 |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MELÃO 406,59 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 431,80 Kcal | FERIADO | CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + RANANA 401,10 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do 10% a 15% do 15% a 30% do |
| LANCHE TARDE (15:00h) | MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 428,24 Kcal | | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 402,05 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 418,89 Kcal | 410,19 69,22 12,02 10,82 |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 428,24 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 420,24 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 406,59 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 433,98 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 402,05 Kcal | 418,22 74,58 10,60 10,81 |
| LANCHE TARDE (15:00h) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ABACAXI 385,37 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 401,10 Kcal | CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 419,02 Kcal | 407,00 72,15 13,04 8,47 |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | |
| LANCHE MANHÃ (09:00h) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal | FERIADO | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA 428,24 Kcal | PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MELÃO 402,05 Kcal | Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do 10% a 15% do 15% a 30% do |
| LANCHE TARDE (15:00h) | CURAU COM CANELA + MELANCIA 420,24 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 425,44 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA 401,10 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MAÇÃ 388,88 Kcal | 413,07 68,99 12,25 11,00 |

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular - Anos Finais
MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Finais

ZONA Urbana
FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos
PERÍODO Parcial



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS RPA 01 E 06 - Reitor João Alfredo, Luiz Vaz de Camões, Oswaldo Lima Filho e Pedro Augusto
OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | |
|-----------------------|---|---|---|--|---|--|----------------------------|----------------------------|
| SEM 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 45% do | PTN (g) 10% a 15% do |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MELÃO 478,90 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 513,36 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E TANGERINA 482,94 Kcal | 491,73 | 90,46 | 16,83 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | | | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BEBIDA LÁCTEA + BANANA 516,16 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MELÃO 484,47 Kcal | 519,15 | 103,76 | 15,01 |
| SEM 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do | PTN (g) 10% a 15% do |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELANCIA 516,16 Kcal | CURAU COM CANELA + TANGERINA 469,78 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ E MELANCIA 478,90 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA 470,60 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 482,94 Kcal | 483,68 | 90,03 | 14,08 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MELANCIA 477,01 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE, REFRESCO DE GOIABA + BANANA E MELÃO 516,16 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 513,36 Kcal | 506,35 | 79,30 | 13,56 |
| SEM 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do | PTN (g) 10% a 15% do |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA E MELÃO 478,90 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MAÇÃ 474,80 Kcal | FERIADO | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | 485,79 | 90,18 | 16,51 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E MELANCIA 482,94 Kcal | | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 477,01 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 479,30 Kcal | 493,71 | 88,30 | 17,98 |
| SEM 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do | PTN (g) 10% a 15% do |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 482,94 Kcal | CURAU COM CANELA + BANANA 469,78 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ E MELANCIA 478,90 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELÃO 468,40 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 477,01 Kcal | 475,41 | 75,38 | 9,09 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ 490,48 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E TANGERINA 516,16 Kcal | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 473,29 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 482,94 Kcal | CUSCUZ COM LEITE + MAÇÃ 484,47 Kcal | 489,47 | 93,13 | 17,12 |
| SEM 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do | PTN (g) 10% a 15% do |
| LANCHE MANHÃ (09:00H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 478,90 Kcal | FERIADO | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + MELÃO E TANGERINA 482,94 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + MELÃO 513,36 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MELÃO 477,01 Kcal | 488,05 | 93,19 | 14,94 |
| LANCHE TARDE (15:00H) | CURAU COM CANELA + MELANCIA 469,78 Kcal | | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA 497,71 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA 516,16 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MAÇÃ 448,38 Kcal | 483,01 | 81,07 | 18,42 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)98944.9783

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:45:39-0300

Verifique em <https://validar.itd.gov.br>



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06

OUTUBRO - 2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|-----------------------|---|---|---|--|--|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | | | CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 1980,24 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES + MELANCIA E MAÇÃ 1969,00 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES + MELÃO E BANANA 1980,24 Kcal | 472,39 | 80,78 | 27,44 | 4,94 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | CREME DE FRANGO COM LEGUMES E ARROZ + MELANCIA 2108,12 Kcal | MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE LIMÃO 2329,67 Kcal | MUNGUÁ COM CANELA + MELÃO 1360,43 Kcal | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + BANANA E MELANCIA 2052,16 Kcal | CANJA DE GALINHA COM LEGUMES + MAÇÃ 1876,03 Kcal | 494,86 | 83,45 | 22,60 | 8,57 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | CARÁ, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE LIMÃO 2040,07 Kcal | RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES + MELÃO E TANGERINA 1969,00 Kcal | FERIADO | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + MELANCIA 5,47 Kcal | CUSCUZ RECHEADO + REFRESCO DE ACEROLA 2210,51 Kcal | 488,73 | 61,46 | 21,71 | 11,46 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | CUSCUZ, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 1851,62 Kcal | SOPA DE CARNE COM LEGUMES + MELÃO 2005,38 Kcal | BATATA DOCE, ISCAS DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 2008,09 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES + BANANA E MELANCIA 1980,24 Kcal | CURAU COM CANELA + MELÃO 1965,57 Kcal | 468,97 | 74,70 | 23,31 | 9,89 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE NOITE (19:00H) | MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 2240,91 Kcal | FERIADO | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + BANANA E MELANCIA 2052,16 Kcal | CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ + REFRESCO DE LIMÃO 2082,42 Kcal | SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES + TANGERINA 5,47 Kcal | 498,05 | 68,24 | 19,73 | 9,95 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)98944.9783

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:45:39-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular
MODALIDADE DE ENSINO: Regular- Anos Finais
ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO Parcial

CARDÁPIO UTEC

OUTUBRO - 2025



| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA | Composição nutricional (média semanal) | | | |
|---|--|---|---|---|--|---|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| SEMANA 01 | | | 1/10/2025 | 2/10/2025 | 3/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (9H00)/ LANCHE TARDE (15H) | | | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal | MAÇÃ, BANANA + BEBIDA LÁCTEA 404,67 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | 413,17 | 78,98 | 8,33 | 9,38 |
| SEMANA 02 | 6/10/2025 | 7/10/2025 | 8/10/2025 | 9/10/2025 | 10/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (9H00)/ LANCHE TARDE (15H) | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + MAÇÃ E MELANCIA 401,10 Kcal | SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + MELÃO 385,37 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ 406,59 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO GOTAS DE CHOCOLATE + BANANA E MELANCIA 401,10 Kcal | BOLO FORMIGUEIRO, REFRESCO DE TANGERINA + MELÃO 428,24 Kcal | 404,48 | 70,52 | 9,91 | 10,40 |
| SEMANA 03 | 13/10/2025 | 14/10/2025 | 15/10/2025 | 16/10/2025 | 17/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (9H00)/ LANCHE TARDE (15H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE GOIABA + MELÃO 406,59 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 428,24 Kcal | FERIADO | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MACÃ 402,05 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E MELANCIA 401,10 Kcal | 409,49 | 75,68 | 7,26 | 10,28 |
| SEMANA 04 | 20/10/2025 | 21/10/2025 | 22/10/2025 | 23/10/2025 | 24/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (9H00)/ LANCHE TARDE (15H) | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 428,24 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E TANGERINA 401,10 Kcal | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ 406,59 Kcal | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA 428,24 Kcal | PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES + MELÃO 415,40 Kcal | 415,91 | 71,25 | 10,06 | 11,44 |
| SEMANA 05 | 27/10/2025 | 28/10/2025 | 29/10/2025 | 30/10/2025 | 31/10/2025 | Energia (Kcal) | CHO (g) 55% a 65% do VET | PTN (g) 10% a 15% do VET | LPD (g) 15% a 30% do VET |
| LANCHE MANHÃ (9H00)/ LANCHE TARDE (15H) | PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal | FERIADO | BOLO SEM RECHEIO, REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA 428,24 Kcal | COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E MAÇÃ 401,10 Kcal | PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MELÃO 402,05 Kcal | 409,49 | 75,68 | 7,26 | 10,28 |

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)

Fornecedor: (81)98944.9783

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN6 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 30/09/2025 17:47:20-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>