



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)
SETEMBRO - 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: 29/08/2025 09:09:48-0300

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)

SETEMBRO - 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 FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA) 99,00 Kcal	PAPINHA DE INHAME 99,51 Kcal	MINGAU DE BANANA COM AVEIA 249,66 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM MAÇÃ 162,78 Kcal			
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 83,75 Kcal	MAÇÃ RASPADINHA 66,62 Kcal	MELÃO E MAMÃO EM CUBINHOS 34,76 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBINHOS 44,24 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 117,85 Kcal			
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA 160,26 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA E PURÊ DE ABÓBORA 198,47 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	COZIDO: CARNE GUIADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO E LEGUMES COZIDOS 186,48 Kcal			
LANCHE TARDE (14:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO			
	MAÇÃ RASPADINHA 66,62 Kcal	ABACAXI E BANANA CORTADINHOS 73,29 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 117,85 Kcal	MELANCIA E MELÃO EM CUBINHOS 31,31 Kcal	MELANCIA E BANANA CORTADINHOS 58,86 Kcal			
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MACARRÃO 75,26 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 73,86 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 71,39 Kcal	INHAME COM CARNE MOÍDA 73,04 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 139,53 Kcal			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca(mg)	Fe (mg)
	567,63	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		106,27	21,21	9,33	444,16	182,23	245,21	6,04

Não adicionar sal e açúcar nas preparações.

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

Documento assinado digitalmente

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

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

SETEMBRO - 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	CUSCUZ COM LEITE	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ
	153,26 Kcal	205,37 Kcal	201,45 Kcal	192,52 Kcal	208,30 Kcal
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)
110,18 Kcal	70,13 Kcal	167,61 Kcal	68,84 Kcal	128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA
	272,20 Kcal	292,71 Kcal	356,41 Kcal	346,94 Kcal	313,13 Kcal
LANCHE TARDE (14:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO
	MAÇÃ CORTADINHA	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS
	75,04 Kcal	169,19 Kcal	128,93 Kcal	71,25 Kcal	70,13 Kcal
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA
	130,52 Kcal	173,54 Kcal	181,37 Kcal	184,09 Kcal	185,89 Kcal
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
	891,58	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	Vit. A (mcg)
		145,23	39,45	20,50	Vit. C (mg)
			745,16	370,54	Ca (mg)
					Fe (mg)
					339,24
					7,21

Não adicionar açúcar nas preparações.

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

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

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

SETEMBRO - 2025

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	784,42	138,49	31,75	14,36
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29 Kcal	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA 237,92 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36 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: 29/08/2025 09:09:48-0300
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 Integral



CRECHES MUNICIPAIS - CRECHE ALBÉRICO DORNELAS E MAURICEIA DIAS

AGOSTO - 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 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO CORTADINHO 244,06 Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 201,77 Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30 Kcal	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal					
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal					
	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal		986,18	167,78	40,06	20,51
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29 Kcal	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA 237,92 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36 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: 29/08/2025 09:09:48-0300

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



SEM 1	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30 Kcal	891,58	145,23	39,45	20,50
LACHE DA MANHÃ (08:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal				
LACHE DA TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal				
SEM 2	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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 LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30 Kcal	891,58	145,23	39,45	20,50
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal				
SEM 3	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	891,58	145,23	39,45	20,50
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30 Kcal				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal				
SEM 4	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	891,58	145,23	39,45	20,50
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30 Kcal				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal				
SEM 5	29/9/2025	30/9/2025				826,07	121,29	35,68	22,89
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal							
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal							
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal							
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal							
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal							

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: 29/08/2025 09:17:22-0300

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

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

SETEMBRO - 2025

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 1		1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJA 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 237,92 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36 Kcal				
SEM 2		8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJA 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 237,92 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36 Kcal				
SEM 3		15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJA 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 237,92 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36 Kcal				
SEM 4		22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJA 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 237,92 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36 Kcal				
SEM 5		29/9/2025	30/9/2025				Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal				365,58	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal							
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal				365,58	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal							

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 1	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30 Kcal	
LACHE DA MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	
LACHE DA TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)						
SEM 3	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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 LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30 Kcal	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)						
SEM 3	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30 Kcal	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)						
SEM 4	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30 Kcal	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)						
SEM 5	29/9/2025	30/9/2025				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 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

gov.br

SYNARA SILVA SOARES

Data: 29/08/2025 09:17:23-0300

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

ESPAÇO PERTENCER

SETEMBRO - 2025

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 1		1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	582,31	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	582,31	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)									
SEM 2		8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	582,31	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	582,31	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)									
SEM 3		15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	582,31	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	582,31	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)									
SEM 4		22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	582,31	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	582,31	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)									
SEM 5		29/9/2025	30/9/2025				Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal				571,68	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal							
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87 Kcal				571,68	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)									

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 - CRN 4255 | Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 29/08/2025 09:17:23-0300

Verifique em https://validar.it.gov.br

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GENÉRICA DE ALIMENTAÇÃO

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)

PERÍODO integral



CARDÁPIO - CRECHE MAGNO DELAMADRI

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 1	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
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	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 218,09 Kcal	
LANCHE DA MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 63,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFODADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISSADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	880,56
LANCHE DA TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal	
SEM 2	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	Composição nutricional (média semanal)
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	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 218,09 Kcal	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 63,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFODADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISSADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	880,56
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal	
SEM 3	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
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	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 218,09 Kcal	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 63,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFODADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISSADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	880,56
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal	
SEM 4	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
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	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 218,09 Kcal	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 63,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFODADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISSADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	880,56
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal	
SEM 5	29/9/2025	30/9/2025				
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	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 218,09 Kcal	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 63,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFODADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISSADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	880,56
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal	
SEM 6	29/9/2025	30/9/2025				
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	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 218,09 Kcal	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 63,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFODADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISSADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	785,31
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal	

Não adiciona açúcar nas preparações.

Genérica Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-8101/3355-9132/99299-8802 (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: 29/08/2025 09:17:23-0300

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

CARDÁPIO - CRECHE PARCEIRA MAGNO DELAMADRI

SETEMBRO - 2025

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 1		1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	759,76	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJA 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, ABÓBORA REFOGADA, FEIJÃO MULATINHO E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	759,76	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29 Kcal	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA 237,92 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36 Kcal				
SEM 2		8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	759,76	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	759,76	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29 Kcal	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA 237,92 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36 Kcal				
SEM 3		15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	759,76	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	759,76	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29 Kcal	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA 237,92 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36 Kcal				
SEM 4		22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	759,76	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62 Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81 Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	759,76	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29 Kcal	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA 237,92 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36 Kcal				
SEM 5		29/9/2025	30/9/2025				Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal				669,53	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39 Kcal							
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS 84,59 Kcal				669,53	113,19	28,39	12,92
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36 Kcal							



CARDÁPIO - CRECHE PARCEIRA 12 DE OUTUBRO E MULHERES DE BEIRINHA

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)
	19/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
SEM 1						
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 163,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 216,09 Kcal	
LACHE DA MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUa E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISSADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	893,54 146,28 38,89 20,57
LACHE DA TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal	
SEM 2	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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 LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 216,09 Kcal	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUa E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISSADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	893,54 146,28 38,89 20,57
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal	
SEM 3	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 216,09 Kcal	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUa E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISSADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	893,54 146,28 38,89 20,57
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal	
SEM 4	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45 Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52 Kcal	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 216,09 Kcal	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61 Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUa E SUCO DE MARACUJÁ 356,41 Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÉ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94 Kcal	COZIDO: CARNE GUISSADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13 Kcal	893,54 146,28 38,89 20,57
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93 Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37 Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89 Kcal	
SEM 5	29/9/2025	30/9/2025				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26 Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37 Kcal				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18 Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13 Kcal				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20 Kcal	FIGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71 Kcal				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04 Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19 Kcal				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52 Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54 Kcal				

Não adicionar açúcar nas preparações.

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/99299-8802 (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: 29/08/2025 09:20:57-0300

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



ESCOLAS MUNICIPAIS E PARCEIRAS - RPA 02 E 03

SETEMBRO - 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	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 328,74 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 296,73 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM MAÇÃ + MELANCIA 356,51 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E TANGERINA 351,98 Kcal	332,65	56,66	12,21	5,10
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 340,03 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 343,66 Kcal	MACAXEIRA E FRANGO COM LEGUMES AO MOLHO 337,62 Kcal	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE LIMÃO + MAÇÃ 335,72 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 330,43 Kcal	337,49	47,51	12,34	7,06
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES E MELANCIA 338,98 Kcal	BANANA, MAÇÃ E BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS 329,63 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 330,57 Kcal	BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 328,74 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 357,57 Kcal	337,10	58,91	13,31	4,27
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 351,98 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM MELANCIA + BANANA 356,51 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO E ARROZ 267,69 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU 398,39 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	340,77	57,66	14,17	6,47
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025							
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	MUNGUNZÁ COM CANELA 313,90 Kcal	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELÃO 335,72 Kcal				324,81	53,22	6,17	10,51



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 04 E 05

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	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)	BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 328,74 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM MAÇÃ + MELANCIA 356,51 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 296,73 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E TANGERINA 351,98 Kcal	332,65	56,66	12,21	5,10
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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 REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 343,66 Kcal	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 340,03 Kcal	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE LIMÃO + MAÇÃ 335,72 Kcal	MACAXEIRA E FRANGO COM LEGUMES AO MOLHO 337,62 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 330,43 Kcal	337,49	47,51	12,34	7,06
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	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 SALADA DE FRUTAS 329,63 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES E MELANCIA 338,98 Kcal	BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 328,74 Kcal	FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 330,57 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 357,57 Kcal	337,10	58,91	13,31	4,27
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	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 MELANCIA + BANANA 356,51 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 351,98 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU 398,39 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO E ARROZ 267,69 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	340,77	57,66	14,17	6,47
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025				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 + MELÃO 335,72 Kcal	MUNGUNZÁ COM CANELA 313,90 Kcal				324,81	53,22	6,17	10,51

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: 29/08/2025 09:20:57-0300

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 - RPA 02 E 03

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	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 MELÃO 433,98 Kcal	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE CAJU 415,42 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 401,28 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO + MAÇÃ E MELANCIA 401,10 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E TANGERINA 422,92 Kcal	414,94	70,56	14,86	7,44
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 432,66 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 402,05 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAÇÃ E REFRESCO DE LIMÃO 428,24 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 412,79 Kcal	419,75	72,77	15,65	8,40
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	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	BANANA, MAÇÃ E BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS 393,96 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 475,38 Kcal	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE CAJU 415,42 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 398,88 Kcal	419,81	70,31	17,41	6,93
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	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)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 422,92 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E MELANCIA 401,10 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO E ARROZ 373,44 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 433,98 Kcal	407,60	63,45	16,73	10,43
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025				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)	MUNGUZA COM CANELA E MAÇÃ 431,80 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 428,24 Kcal				430,02	80,96	7,68	10,52

Gerência Geral de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)
E-mail: 99299-9802@recife.pe.br
Conselheiro(a) de Alimentação Escolar: (81) 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WhatsApp)
Conselheiro(a) de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151
Conselho de Alimentação Escolar (CAE): (81) 3355-9151

Responsável Técnica: Synara Soares (Nutricionista - CRN4 4255 |Matrícula 105015-0)

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 29/08/2025 09:20:57-0300

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



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 04 e 05

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	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)	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE CAJU 415,42 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 433,98 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO + MAÇÃ E MELANCIA 401,10 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 401,28 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E TANGERINA 422,92 Kcal	414,94	70,56	14,86	7,44
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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 REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 402,05 Kcal	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 432,66 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAÇÃ E REFRESCO DE LIMÃO 428,24 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 412,79 Kcal	419,75	72,77	15,65	8,40
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	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 SALADA DE FRUTAS 393,96 Kcal	PÃO COM CARNE MOIDA COM LEGUMES E MELANCIA 415,40 Kcal	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE CAJU 415,42 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 475,38 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 398,88 Kcal	419,81	70,31	17,41	6,93
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	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	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 422,92 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU + MELÃO 406,59 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO E ARROZ 373,44 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 433,98 Kcal	407,60	63,45	16,73	10,43
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025				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, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 428,24 Kcal	MUNGUZA COM CANELA E MAÇÃ 431,80 Kcal				430,02	80,96	7,68	10,52

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: 29/08/2025 09:24:13-0300

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



ESCOLA CONVENIADAS GURI

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	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 MELÃO 329,27 Kcal	BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE GOIABA + BANANA 328,74 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 296,73 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO + MELANCIA + COMPOSTO LÁCTEO SABOR CACAU 437,51 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E TANGERINA 351,98 Kcal	348,84	56,26	13,55	6,44
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 340,03 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA 343,66 Kcal	MACAXEIRA E FRANGO COM LEGUMES AO MOLHO 337,62 Kcal	BOLO DE LARANJA + MAÇÃ + COMPOSTO LÁCTEO SABOR CACAU 435,04 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 330,43 Kcal	357,36	48,10	13,69	8,40
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	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 MELANCIA 338,98 Kcal	BANANA, MAÇÃ E BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS 329,63 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 330,57 Kcal	BROA SEM RECHEIO + BANANA + COMPOSTO LÁCTEO SABOR CACAU 409,74 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 357,57 Kcal	353,30	58,51	14,64	5,61
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	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)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 351,98 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM BANANA + MELANCIA 356,51 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO E ARROZ 267,69 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI 398,39 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	340,77	57,66	14,17	6,47
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025				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)	MUNGUNZÁ COM CANELA 313,90 Kcal	REAVALIAÇÃO DE CASOS 0,00 Kcal				313,90	46,52	8,66	10,88



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

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO 443,50 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 385,37 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 401,28 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 422,92 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, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE CAJU 682,37 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE MANGA 673,72 Kcal	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA SAUTE E REFRESCO DE ABACAXI 565,11 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 601,03 Kcal	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA 406,59 Kcal	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE ABACAXI 415,42 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAÇÃ E REFRESCO DE ACEROLA 428,24 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA 401,10 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 434,14 Kcal	
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 432,66 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 425,44 Kcal	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO 443,50 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ABACAXI 385,37 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 330,43 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 MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA, REFRESCO DE CAJU 603,38 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE ACEROLA 602,33 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE MANGA 676,75 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE MANGA 415,42 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM MELÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 482,10 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 428,24 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 406,59 Kcal	
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 401,28 Kcal	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 422,92 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 357,57 Kcal	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	GUISSADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 640,13 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, ABÓBORA REFOGADA E REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE MANGA 603,38 Kcal	FEIJOAADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE CAJU 564,25 Kcal	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM MELÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 482,10 Kcal	MAÇÃ, BANANA E BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS 393,96 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 402,05 Kcal	BROA SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE ACEROLA 415,42 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 428,24 Kcal	
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 422,92 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 415,40 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 425,44 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 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 CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISSADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 640,13 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 588,20 Kcal	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE CAJU 415,42 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MAMÃO 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 482,10 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE ABACAXI 428,24 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA 406,59 Kcal	
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ 431,80 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal				Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ACEROLA 603,38 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE GOIABA 602,33 Kcal				Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ABACAXI + TANGERINA 401,10 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 509,24 Kcal				Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 30% do VET

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

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO 443,50 Kcal	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE ABACAXI 415,42 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA 401,10 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 434,14 Kcal	
ALMOÇO (12:00H)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE CAJU 682,37 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÉ DE ABÓBORA E REFRESCO DE MANGA 673,72 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI 565,11 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 601,03 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA 406,59 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 385,37 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAÇÃ E REFRESCO DE ACEROLA 428,24 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 401,28 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 422,92 Kcal	
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE MANGA 415,42 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 425,44 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM MELÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 482,10 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ABACAXI 385,37 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 330,43 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÉ DE ABÓBORA, REFRESCO DE CAJU 603,38 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE ACEROLA 602,33 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE MANGA 676,75 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO PRETO, PURÉ DE BATATA, REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 432,66 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 402,05 Kcal	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO 443,50 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 428,24 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 406,59 Kcal	
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 401,28 Kcal	MAÇÃ, BANANA E BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS 393,96 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 402,05 Kcal	BROA SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE ACEROLA 415,42 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 357,57 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	GUISADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 640,13 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, ABÓBORA REFOGADA E REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÉ DE BATATA E REFRESCO DE MANGA 603,38 Kcal	FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE CAJU 564,25 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM MELÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 482,10 Kcal	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 422,92 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 428,24 Kcal	
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE CAJU 415,42 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 415,40 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 425,44 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA 406,59 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÉ DE BATATA E REFRESCO DE ABACAXI 640,13 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 588,20 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 422,92 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MAMÃO 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 482,10 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE ABACAXI 428,24 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MUNGUÁ COM CANELA E MAÇÃ 431,80 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 509,24 Kcal				
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ACEROLA 603,38 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE GOIABA 602,33 Kcal				
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ABACAXI + TANGERINA 401,10 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal				



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

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO 443,50 Kcal	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE ABACAXI 415,42 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA 401,10 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 434,14 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 20% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00h)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA 406,59 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 385,37 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAÇÃ E REFRESCO DE ACEROLA 428,24 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 401,28 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 422,92 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 20% do VET 15% a 30% do VET
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE MANGA 415,42 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 425,44 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM MELÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 482,10 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ABACAXI 385,37 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 330,43 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 20% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00h)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES + REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 432,66 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 402,05 Kcal	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO 443,50 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 428,24 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 406,59 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 20% do VET 15% a 30% do VET
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 401,28 Kcal	MAÇÃ, BANANA E BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS 393,96 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 402,05 Kcal	BROA SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE ACEROLA 415,42 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 357,57 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 20% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00h)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM MELÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 482,10 Kcal	PÃO + CARNE MOIDA COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 422,92 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 428,24 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 20% do VET 15% a 30% do VET
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE CAJU 415,42 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	PÃO + CARNE MOIDA COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 415,40 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 425,44 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA 406,59 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 20% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00h)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 422,92 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MAMÃO 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 482,10 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE ABACAXI 428,24 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 20% do VET 15% a 30% do VET
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	MUNGUÁ COM CANELA E MAÇÃ 431,80 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 509,24 Kcal				Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 20% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00h)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ABACAXI + TANGERINA 401,10 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal				Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 20% do VET 15% a 30% do VET

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - ANTONIO HERACLITO, DOM BOSCO, DIVINO ESPÍRITO SANTO E NILO PEREIRA
SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 2329,67 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 1841,50 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 2026,70 Kcal	
ALMOÇO (12:00H)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 684,21 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÉ DE ABÓBORA E REFRESCO DE MANGA 673,72 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI 565,11 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA 601,03 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MAÇÃ 425,67 Kcal	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELANCIA 468,07 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAÇÃ E BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 482,94 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA E MELANCIA 516,16 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 467,32 Kcal	
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 2210,51 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 2082,42 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 2329,67 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI E MELÃO 1841,50 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 1692,71 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ, PURÉ DE JERÍMUM, REFRESCO DE CAJU 745,95 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE ACEROLA 602,33 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE MANGA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO PRETO, PURÉ DE BATATA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E MAÇÃ 468,07 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA 386,32 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ E MELÃO 516,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 515,94 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E TANGERINA 425,67 Kcal	
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 1729,87 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA E MELANCIA 2147,90 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 2026,70 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 2240,91 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 1876,02 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	GUISADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 513,63 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, ABÓBORA REFGODA E REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, PURÉ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA 745,95 Kcal	FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE CAJU 564,25 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO E TANGERINA 516,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS E MAÇÃ 482,94 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 467,32 Kcal	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAÇÃ 468,07 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E BANANA E REFRESCO DE GOIABA 482,94 Kcal	
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E MAÇÃ 2026,70 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 2240,91 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE GOIABA E MELANCIA 2147,90 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 2082,42 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 1775,99 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÉ DE BATATA, REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 654,52 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + BANANA E TANGERINA 468,07 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E MAÇÃ 477,01 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 549,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ABACAXI 482,94 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA E MELANCIA 425,67 Kcal	
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MUNGUÁ COM CANELA E BANANA 1301,81 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 1729,87 Kcal				
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ACEROLA 553,66 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE GOIABA 602,33 Kcal				
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E TANGERINA 516,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 515,94 Kcal				



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

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELANCIA 468,07 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA E MELANCIA 516,16 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA + COMPOSTO LACTEO COM CACAU 467,32 Kcal	
ALMOÇO (12:00H)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 684,21 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE MANGA 673,72 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI 565,11 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA 601,03 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MAÇÃ 425,67 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 440,13 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAÇÃ E BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 482,94 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal	
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E MAÇÃ 468,07 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 497,71 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ E MELÃO 516,16 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI E MELÃO 440,13 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 404,57 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE CAJU 673,72 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE ACEROLA 602,33 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA 654,52 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 528,33 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA 386,32 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E COMPOSTO LACTEO COM CACAU 515,94 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E TANGERINA 425,67 Kcal	
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS E MAÇÃ 482,94 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA + COMPOSTO LACTEO COM CACAU 467,32 Kcal	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAÇÃ 468,07 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 448,38 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	GUISSADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 513,63 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, ABÓBORA REFOGADA E REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA 745,95 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE CAJU 564,25 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO E TANGERINA 516,16 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA E MELANCIA 513,36 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 484,39 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E BANANA E REFRESCO DE GOIABA 482,94 Kcal	
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + BANANA E TANGERINA 468,07 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE GOIABA E MELANCIA 513,36 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 497,71 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA E MELANCIA 425,67 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA 756,22 Kcal	GUISSADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ACEROLA 653,66 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal	
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E MAÇÃ 484,39 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E MAÇÃ 477,01 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, BANANA + COMPOSTO LACTEO COM CACAU 549,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ABACAXI 482,94 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MUNGUÁ COM CANELA E BANANA 454,34 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 515,94 Kcal				
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ACEROLA 553,66 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE GOIABA 602,33 Kcal				
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E TANGERINA 516,16 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 413,45 Kcal				



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

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELANCIA 468,07 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA E MELANCIA 516,16 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 467,32 Kcal	
ALMOÇO (12:00H)	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ACEROLA 654,52 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 684,21 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE MANGA 673,72 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI 565,11 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA 601,03 Kcal	1571,80 271,35 6832 26,12
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MAÇÃ 425,67 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 440,13 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAÇÃ E BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 482,94 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal	
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E MAÇÃ 468,07 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 497,71 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ E MELÃO 516,16 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI E MELÃO 440,13 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 404,57 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE CAJU 673,72 Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE ACEROLA 602,33 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA 654,52 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal	1571,22 254,73 70,82 31,53
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 528,33 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA 386,32 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 515,94 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E TANGERINA 425,67 Kcal	
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS E MAÇÃ 482,94 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 467,32 Kcal	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAÇÃ 468,07 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 448,38 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	GUISSADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 513,63 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, ABÓBORA REFOGADA E REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA 745,95 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE CAJU 564,25 Kcal	1581,55 287,20 67,89 27,57
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO E TANGERINA 516,16 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA E MELANCIA 513,36 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 484,39 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E BANANA E REFRESCO DE GOIABA 482,94 Kcal	
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + BANANA E TANGERINA 468,07 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE GOIABA E MELANCIA 513,36 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 497,71 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA E MELANCIA 425,67 Kcal	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISSADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ACEROLA 553,66 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, SALADA CRU, REFRESCO DE CAJU 714,70 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal	1592,16 272,97 70,90 26,43
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E MAÇÃ 484,39 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E MAÇÃ 477,01 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 549,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ABACAXI 482,94 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MUNGUÁ COM CANELA E BANANA 454,34 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 515,94 Kcal				
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ACEROLA 553,66 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE GOIABA 602,33 Kcal				1527,93 252,86 64,68 30,88
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E TANGERINA 516,16 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 413,45 Kcal				

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Finais

MODALIDADE DE ENSINO: Anos Finais

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO Parcial



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

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELANCIA 468,07 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA E MELANCIA 516,16 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 467,32 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 15% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MAÇÃ 425,67 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 440,13 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAÇÃ E BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 482,94 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 15% do VET 15% a 30% do VET
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E MAÇÃ 468,07 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 497,71 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ E MELÃO 516,16 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI E MELÃO 440,13 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 404,57 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 15% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 528,33 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA 386,32 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 515,94 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E TANGERINA 425,67 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 15% do VET 15% a 30% do VET
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS E MAÇÃ 482,94 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 467,32 Kcal	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAÇÃ 468,07 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 448,38 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 15% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO E TANGERINA 516,16 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA E MELANCIA 513,36 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 484,39 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E BANANA E REFRESCO DE GOIABA 482,94 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 15% do VET 15% a 30% do VET
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + BANANA E TANGERINA 468,07 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE GOIABA E MELÃO 513,36 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 497,71 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA E MELÃO 425,67 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 15% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E MAÇÃ 484,39 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E MAÇÃ 477,01 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 549,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ABACAXI 482,94 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 15% do VET 15% a 30% do VET
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025	1/10/2025	2/10/2025	3/10/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MUNGUÁ COM CANELA E BANANA 454,34 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 515,94 Kcal				Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 15% do VET 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E TANGERINA 516,16 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 413,45 Kcal				Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% do VET 15% a 15% do VET 15% a 30% do VET

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: 29/08/2025 09:28:48-0300

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



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - ALMOÇOS PROJETOS

SETEMBRO - 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	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025				
ALMOÇO (12:00H)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 684,21 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE MANGA 673,72 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI 565,11 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA 601,03 Kcal	626,96	104,92	33,22	8,80
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025				
ALMOÇO (12:00H)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE CAJU 673,72 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE ACEROLA 602,33 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE MANGA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal	614,53	94,16	33,93	11,36
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025				
ALMOÇO (12:00H)	GUISADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 513,63 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, ABÓBORA REFOGADA E REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA 745,95 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE CAJU 564,25 Kcal	619,03	95,27	33,66	11,64
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025				
ALMOÇO (12:00H)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ACEROLA 553,66 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE CAJU 565,11 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal	590,56	97,75	32,32	8,07
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025							
ALMOÇO (12:00H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ACEROLA 553,66 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE GOIABA 602,33 Kcal				577,99	89,30	34,48	8,79

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

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

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	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 COM ARROZ E REFRESCO DE TANGERINA 503,85 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, MELANCIA + BANANA 513,36 Kcal	CARÁ COM FRANGO AO MOLHO E REFRESCO DE GOIABA 467,11 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 473,29 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E BANANA 468,40 Kcal	485,20	64,52	22,94	9,52
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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 + BANANA E MELANCIA 470,6 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 556,81 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 473,29 Kcal	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA + COMPOSTO LÁCTEO COM CAFÉ 452,73 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA 479,30 Kcal	486,55	76,28	22,68	6,90
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	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 ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE CAJU 497,71 Kcal	BATATA DOCE COM ISCAS DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 479,95 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA E BANANA 478,90 Kcal	CUSCUZ, CARNE GUIADA COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 442,55 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 448,38 Kcal	469,50	80,96	23,66	7,94
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	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 COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 487,59 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES + MELÃO E MAÇÃ 470,60 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 556,81 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA 477,01 Kcal	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 528,33 Kcal	504,07	87,41	23,43	7,84
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025				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)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELÃO 478,90 Kcal	MUNGUÁ COM CANELA E TANGERINA 474,80 Kcal				476,85	90,24	13,79	12,19



SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	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, MELANCIA + REFRESCO DE MANGA 406,59 Kcal	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE GOIABA 415,42 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAÇÃ E REFRESCO DE ACEROLA 428,24 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO + TANGERINA E MELANCIA 338,90 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA E REFRESCO DE CAJU 402,05 Kcal	398,24	82,31	7,85	6,28
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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, BANANA E REFRESCO DE MANGA 415,42 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, MELANCIA E REFRESCO DE CAJU 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + MAÇÃ E MELÃO 338,90 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 428,24 Kcal	PÃO COM QUEIJO, MELANCIA + REFRESCO DE CAJU 406,59 Kcal	398,24	57,80	12,05	15,35
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	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 GOIABA + TANGERINA E MELÃO 338,90 Kcal	MAÇÃ E BANANA + BIDIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS 404,67 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA E REFRESCO DE CAJU 402,05 Kcal	BROA SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE ACEROLA 415,42 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 428,24 Kcal	397,86	84,25	5,19	10,09
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	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, BANANA E REFRESCO DE CAJU 415,42 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, MAMÃO E REFRESCO DE MANGA 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + TANGERINA E BANANA 338,90 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 428,24 Kcal	PÃO COM QUEIJO, MELANCIA + REFRESCO DE ACEROLA 406,59 Kcal	398,24	57,80	12,05	15,35
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025				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 LIMÃO + TANGERINA E MELANCIA 338,90 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJU 428,24 Kcal				383,57	75,23	4,27	9,01



ESCOLA MUNICIPAL MANGABEIRA

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 440,13 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal	
ALMOÇO (12:00H)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 684,21 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE MANGA 673,72 Kcal	ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI 565,11 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA 601,03 Kcal	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 55% a 30% do VET 1002,84 274,14 67,88 24,23
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MAÇÃ 425,67 Kcal	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELANCIA 468,07 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAÇÃ E BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 482,94 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA E MELANCIA 516,16 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 467,32 Kcal	
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 528,33 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 497,71 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI E MELÃO 440,13 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 404,57 Kcal	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 55% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ, PURÊ DE JERÍMUM, REFRESCO DE CAJU 745,95 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE ACEROLA 602,33 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE MANGA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO PRETO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE GOIABA 603,38 Kcal	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal	1576,91 257,06 71,88 30,30
LANCHE TARDE (15:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E MAÇÃ 468,07 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA 386,32 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ E MELÃO 516,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 515,94 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E TANGERINA 425,67 Kcal	
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA E MELANCIA 513,36 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 484,39 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 448,38 Kcal	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 55% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	GUISSADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 513,63 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, ABÓBORA REFOGADA E REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA 745,95 Kcal	FEIJOAADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE CAJU 564,25 Kcal	1591,55 267,20 97,89 27,57
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO E TANGERINA 516,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS E MAÇÃ 482,94 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 467,32 Kcal	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAÇÃ 468,07 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E BANANA E REFRESCO DE GOIABA 482,94 Kcal	
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E MAÇÃ 484,39 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE GOIABA E MELANCIA 513,36 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 497,71 Kcal	CUSCUZ COM OVO E REFRESCO DE CAJU 366,99 Kcal	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 55% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISSADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE ABACAXI 603,38 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 654,52 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, ABÓBORA REFOGADA, REFRESCO DE CAJU 603,38 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal	1578,57 270,24 67,83 27,36
LANCHE TARDE (15:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + BANANA E TANGERINA 468,07 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E MAÇÃ 477,01 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, BANANA + COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 549,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ABACAXI 482,94 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA E MELANCIA 425,67 Kcal	
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELÃO 454,34 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 413,45 Kcal				Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 55% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ACEROLA 553,66 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE GOIABA 602,33 Kcal				1527,93 252,86 64,68 30,35
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E TANGERINA 516,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E COMPOSTO LÁCTEO COM CACAU 515,94 Kcal				



ESCOLA MUNICIPAL MANGABEIRA

SETEMBRO - 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	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 328,74 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 296,73 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM MAÇÃ + MELANCIA 356,51 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MELÃO 351,98 Kcal	332,65	56,66	12,21	5,10
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 340,03 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 343,66 Kcal	MACAXEIRA E FRANGO COM LEGUMES AO MOLHO 337,62 Kcal	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ 335,72 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 330,43 Kcal	337,49	47,51	12,34	7,06
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES E MELANCIA 338,98 Kcal	BANANA, MAÇÃ E BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS 329,63 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 330,57 Kcal	BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 328,74 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 357,57 Kcal	337,10	58,91	13,31	4,27
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 351,98 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM MELANCIA + BANANA 356,51 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO E ARROZ 267,69 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU 398,39 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	340,77	57,66	14,17	6,47
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025							
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	MUNGUNZÁ COM CANELA 313,90 Kcal	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + MELÃO 335,72 Kcal				324,81	53,22	6,17	10,51

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
ZONA Urbana
FAIXA ETÁRIA : 19 A 60 ANOS
PERÍODO Parcial
ESCOLA MUNICIPAL MANGABEIRA



SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	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 GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + TANGERINA 440,13 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal	463,85	80,07	23,91	5,95
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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 RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 528,33 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 497,71 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 556,81 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ABACAXI E MELÃO 440,13 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 404,57 Kcal	485,51	74,61	26,53	9,35
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	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 E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA E MELANCIA 513,36 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 484,39 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 448,38 Kcal	479,03	83,76	24,08	5,84
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	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 ACEROLA E MAÇÃ 484,39 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE GOIABA E MELANCIA 513,36 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 497,71 Kcal	CUSCUZ COM OVO E REFRESCO DE CAJU 366,99 Kcal	479,61	81,27	23,47	7,14
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025				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)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELÃO 454,34 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 413,45 Kcal				433,89	71,74	18,45	8,95

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

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)

SETEMBRO - 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: 29/08/2025 09:50:58-0300
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)

SETEMBRO - 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 146,26Kcal	VITAMINA DE FRUTAS (MAMAO, ACEROLA E LARANJA) 99,00Kcal	PAPINHA DE INHAME 99,51Kcal	MINGAU DE BANANA COM AVEIA 249,66Kcal	VITAMINA DE BANANA COM MAÇÃ 162,78Kcal			
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 83,75Kcal	MAÇÃ RASPADINHA 66,62Kcal	MELÃO E MAMÃO CORTADINHOS 34,76Kcal	ABACAXI E MAMÃO CORTADINHOS 44,24Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 117,85Kcal			
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA 160,26Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA E PURÊ DE ABÓBORA 198,47Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO E SALADA CRUA 190,62Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE E FEIJÃO MACASSAR 216,89Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO E LEGUMES COZIDOS 186,48Kcal			
LANCHE TARDE (14:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO			
	MAÇÃ RASPADINHA 66,62Kcal	ABACAXI E BANANA CORTADINHOS 73,29Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 117,85Kcal	MELANCIA E MELÃO CORTADINHOS 31,31Kcal	MELANCIA E BANANA CORTADINHOS 58,86Kcal			
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MACARRÃO 75,26Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 73,86Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 71,39Kcal	INHAME COM CARNE MOÍDA 73,04Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES 139,53Kcal			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca(mg)	Fe (mg)
	567,63	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	444,16	182,23	245,21	6,04

Não adicionar sal e açúcar nas preparações.

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: 29/08/2025 09:50:58-0300

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

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

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

SETEMBRO - 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 153,26Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30Kcal			
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal			
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13Kcal			
LANCHE TARDE (14:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO			
	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal			
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37Kcal	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA 184,09Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89Kcal			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	891,58	55% a 65% do VET 145,23	10% a 15% do VET 39,45	15% a 30% do VET 20,50				

Não adicionar açúcar nas preparações.

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

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)

SETEMBRO - 2025

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81Kcal		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	784,42	138,49	31,75	14,36
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29Kcal	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA 237,92Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36Kcal				

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)

Documento assinado digitalmente

Fornecedor: (81)98944-9783

SYNARA SILVA SOARES

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 3355-9151

Data: 29/08/2025 09:50:58-0300

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



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
SEM 1	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30Kcal				
LACHE DA MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABOBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13Kcal	891,58	145,23	39,45	20,50
LACHE DA TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89Kcal				
SEM 2	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30Kcal				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABOBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13Kcal	891,58	145,23	39,45	20,50
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89Kcal				
SEM 3	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30Kcal				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABOBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13Kcal	891,58	145,23	39,45	20,50
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89Kcal				
SEM 4	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37Kcal	INHAME COM OVO E SUCO DE LARANJA 201,45Kcal	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 192,52Kcal	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ 208,30Kcal				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABOBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13Kcal	891,58	145,23	39,45	20,50
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 181,37Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 184,09Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 185,89Kcal				
SEM 5	29/9/2025	30/9/2025							
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA 153,26Kcal	CUSCUZ COM LEITE 205,37Kcal							
LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 110,18Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal							
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 272,20Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABOBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 292,71Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 356,41Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 346,94Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 313,13Kcal	826,07	121,29	35,68	22,89
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 169,19Kcal							
JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 130,52Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 173,54Kcal							

Não adicionar açúcar nas preparações.

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

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

Fone: (81) 98944.9783

Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 3355-9115

Documento assinado digitalmente

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

SETEMBRO - 2025

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 1		1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 237,92Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36Kcal				
SEM 2		8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 237,92Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36Kcal				
SEM 3		15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 237,92Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36Kcal				
SEM 4		22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA 167,61Kcal	MAMÃO E MELÃO EM CUBOS 68,84Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39Kcal	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ 395,09Kcal	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI 385,62Kcal	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE LARANJA 351,81Kcal				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87Kcal	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) 128,93Kcal	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS 71,25Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal	784,42	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES 193,29Kcal	INHAME COM CARNE MOIDA E SUCO DE ACEROLA 237,92Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA 260,36Kcal				
SEM 5		29/9/2025	30/9/2025				Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	VITAMINA DE GOIABA 148,04Kcal	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS 70,13Kcal				731,17	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO EM ISCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA 310,89Kcal	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA 331,39Kcal							
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA 75,04Kcal	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI 207,87Kcal				731,17	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO 133,61Kcal	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO 185,36Kcal							



ESCOLAS MUNICIPAIS E PARCEIRAS - RPA 01 E 06

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	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 MELÃO 329,27 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU 398,39 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 296,73 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM MAÇÃ + MELANCIA 356,51 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E TANGERINA 351,98 Kcal	346,58	61,40	13,31	6,01
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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 330,43 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 343,66 Kcal	MACAXEIRA E FRANGO COM LEGUMES AO MOLHO 337,62 Kcal	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE LIMÃO + TANGERINA 335,72 Kcal	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 340,03 Kcal	337,49	47,51	12,34	7,06
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	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 MELANCIA 338,98 Kcal	MELÃO, BANANA + BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS 329,63 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 330,57 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM BANANA + MELANCIA 356,51 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 357,57 Kcal	342,65	62,07	13,30	5,37
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	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)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 351,98 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM MELANCIA + BANANA 356,51 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E TANGERINA 371,69 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU 398,39 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	361,57	62,85	14,17	6,47
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025				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)	MUNGUNZÁ COM CANELA 313,90 Kcal	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELÃO 335,72 Kcal				324,81	53,22	6,17	10,51

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: 29/08/2025 10:02:46-0300

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



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 - RPA 01 E 06

SETEMBRO - 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	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 433,98 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 406,59 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 401,28 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO + MAÇÃ E MELANCIA 401,10 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E TANGERINA 422,92 Kcal	413,17	66,62	16,24	10,05
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 412,79 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 402,05 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, TANGERINA E REFRESCO DE LIMÃO 428,24 Kcal	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 432,66 Kcal	419,75	72,77	15,65	8,40
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM CARNE MOIDA COM LEGUMES E MELANCIA 415,40 Kcal	BANANA, MELÃO E BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS 393,96 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ 475,38 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO + BANANA E MELANCIA 401,10 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 398,88 Kcal	416,94	70,48	17,17	8,36
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E MAÇÃ 422,92 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E MELANCIA 401,10 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E TANGERINA 425,44 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 406,59 Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 433,98 Kcal	418,00	66,05	16,73	10,43
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025							
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	MUNGUZA COM CANELA E MELANCIA 431,80 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 428,24 Kcal				430,02	80,96	7,68	10,52

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Integral- Anos Iniciais*MODALIDADE DE ENSINO: *Integral Anos Iniciais*

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : *06 a 10 anos*PERÍODO *Integral*

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06

SETEMBRO - 2025

SEM 01	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)
	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	CHO (g) PTN (g) LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA 406,59 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E MAMÃO 419,02 Kcal	CURAU COM CANELA E MAÇÃ 420,24 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA 401,10 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ABACAXI + BANANA 402,05 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, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ACEROLA 676,75 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE CAJU 682,37 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ COLORIDO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE MANGA 588,20 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE ABACAXI 565,11 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA 601,03 Kcal	1428,95 243,73 60,99 26,31
LANCHE TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 385,37 Kcal	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO 443,50 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 401,28 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 422,92 Kcal	
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	CHO (g) PTN (g) LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 428,24 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO 401,10 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 428,24 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 406,59 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, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE CAJU 553,66 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE ACEROLA 602,33 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE GOIABA 513,63 Kcal	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal	1389,29 229,54 60,12 27,59
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 432,66 Kcal	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO 443,50 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 385,37 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 425,44 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 330,43 Kcal	
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	CHO (g) PTN (g) LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO 401,10 Kcal	MAÇÃ, BANANA E BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS 393,96 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ACEROLA E BANANA 401,10 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 428,24 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, REFRESCO DE ACEROLA 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOLA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ABACAXI 640,13 Kcal	FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE MANGA 603,38 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE CAJU 564,25 Kcal	1420,14 243,46 60,40 26,67
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 401,28 Kcal	PÃO + CARNE MOIDA COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 422,92 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 357,57 Kcal	
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	CHO (g) PTN (g) LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO 401,10 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MAMÃO 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE CAJU + BANANA 401,10 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, TANGERINA E REFRESCO DE ABACAXI 428,24 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA 406,59 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 CARIOLA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA E REFRESCO DE ABACAXI 640,13 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, SALADA CRUA E REFRESCO DE ACEROLA 714,70 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, ABÓBORA REFOGADA E REFRESCO DE CAJU 603,38 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal	1464,98 244,05 61,52 29,19
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUÁZ COM CANELA E MAÇÃ 431,80 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	PÃO + CARNE MOIDA COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 415,40 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 425,44 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal	
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025				CHO (g) PTN (g) LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA 401,10 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJU 428,24 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, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE GOIABA 602,33 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 588,20 Kcal				1430,90 247,22 53,18 27,94
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 422,92 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E TANGERINA 419,02 Kcal				



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

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MELÃO 425,67 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E MAMÃO 460,28 Kcal	CURAU COM CANELA E MAÇA 466,31 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA E MELANCIA 516,16 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO E BANANA 477,01 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, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 684,21 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ COLORIDO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE MANGA 588,64 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE ABACAXI 565,11 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA 601,03 Kcal	1542,88	281,08	66,32	22,38
LANCHE TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + BANANA 440,13 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELANCIA E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal				
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE MANGA 482,94 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 477,01 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 516,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELANCIA E REFRESCO DE ACEROLA 482,94 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E MELANCIA 425,67 Kcal		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE CAJU 553,66 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE ACEROLA 602,33 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE GOIABA 513,63 Kcal	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal	1535,01	260,12	68,62	28,25
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 528,33 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA 440,13 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE CAJU 497,71 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 404,57 Kcal				
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE MANGA + MELÃO E MELANCIA 516,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS E BANANA 482,94 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MAMÃO 477,01 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E BANANA 516,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 482,94 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, REFRESCO DE ACEROLA 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOLA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ABACAXI 513,63 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA 745,95 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE CAJU 564,25 Kcal	1593,11	274,34	67,76	27,72
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E TANGERINA 513,36 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MAÇÃ E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 535,59 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 448,38 Kcal				
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 516,16 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E BANANA 477,01 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE TANGERINA + MELÃO E BANANA 516,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, TANGERINA E MELANCIA E REFRESCO DE ABACAXI 482,94 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAÇÃ 425,67 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 CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO PRETO, SALADA CRUA E REFRESCO DE ABACAXI 513,63 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, SALADA CRUA E REFRESCO DE ACEROLA 714,70 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, ABÓBORA REFOGADA, REFRESCO DE CAJU 603,38 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal	1578,95	272,56	67,08	28,59
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ 454,34 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 513,36 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 497,71 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 413,45 Kcal				
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025				Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA E MELÃO 516,16 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAMÃO E MELÃO E REFRESCO DE CAJU 482,94 Kcal					55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE GOIABA 602,33 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ACEROLA 553,66 Kcal				1549,88	278,41	63,83	22,93
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ 484,39 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E TANGERINA 460,28 Kcal							



SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
SEMANA 01									
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE MANGA + MELÂNCIA E MELÃO 425,67 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + BANANA 440,13 Kcal	CURAU COM CANELA E MAÇÃ 466,31 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO E BANANA 477,01 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, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 684,21 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ COLORIDO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE MANGA 588,64 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE ABACAXI 565,11 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA 601,03 Kcal	1542,88	281,08	66,32	22,38
LANCHE TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E MAMÃO 460,28 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA E MELÂNCIA 516,16 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELÂNCIA E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal				
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO, MELÂNCIA E MELÃO E REFRESCO DE MANGA 482,94 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 516,16 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE CAJU 497,71 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E MELÂNCIA 425,67 Kcal	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE CAJU 553,66 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE ACEROLA 602,33 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE GOIABA 513,63 Kcal	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal	1535,01	260,12	68,62	28,25
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 528,33 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELÂNCIA E BANANA 477,01 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E MELÂNCIA 440,13 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÂNCIA E REFRESCO DE ACEROLA 482,94 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 404,57 Kcal				
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE MANGA + MELÃO E MELÂNCIA 516,16 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E TANGERINA 513,36 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MAMÃO 477,01 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 535,59 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÂNCIA E MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 482,94 Kcal	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00H)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE ABÓBORA, REFRESCO DE ACEROLA 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ COM CENOURA, SALADA COZIDA, REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ COM CENOURA, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI 654,52 Kcal	GUISADO DE CARNE, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA 603,38 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE CAJU 564,25 Kcal	1592,77	273,03	68,39	27,85
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS E BANANA 482,94 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MAÇÃ E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE ACEROLA + MELÂNCIA E BANANA 516,16 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 448,38 Kcal				
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE CAJU + MELÂNCIA E MELÃO 516,16 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE TANGERINA + MELÃO E BANANA 516,16 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 497,71 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE ACEROLA + MELÂNCIA E MAÇÃ 425,67 Kcal	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00H)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COM CENOURA, SALADA CRUA E REFRESCO DE ABACAXI 714,70 Kcal	GUISADO DE CARNE, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE ACEROLA 513,63 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, ABÓBORA REFOGADA, REFRESCO DE CAJU 603,38 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal	1578,95	272,56	67,08	28,59
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUÁ COM CANELA E MAÇÃ 454,34 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E BANANA 477,01 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU E MELÂNCIA 513,36 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, TANGERINA E MELÂNCIA E REFRESCO DE ABACAXI 482,94 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 413,45 Kcal				
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025							
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE TANGERINA + MELÂNCIA E MELÃO 516,16 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E TANGERINA 460,28 Kcal				Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00H)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE GOIABA 602,33 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ACEROLA 553,66 Kcal				1549,88	278,41	63,83	22,93
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ 484,39 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAMÃO E MELÃO E REFRESCO DE CAJU 482,94 Kcal							

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

SEM 01	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE MANGA + MALANCIA E MELÃO 425,67 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + BANANA 440,13 Kcal	CURAU COM CANELA E MAÇÃ 466,31 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO E BANANA 477,01 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, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE CAJU 684,21 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ COLORIDO, SALADA COZIDA E REFRESCO DE MANGA 588,64 Kcal	ÍSCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA CRUA E REFRESCO DE ABACAXI 565,11 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA 601,03 Kcal	1542,88	281,08	66,32	22,38
LANCHE TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E MAMÃO 460,28 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA E MELANCIA 516,16 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELANCIA E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal				
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE MANGA 482,94 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 516,16 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE CAJU 497,71 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E MELANCIA 425,67 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, FEIJÃO MACASSAR, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE CAJU 553,66 Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE ACEROLA 602,33 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA 610,73 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE GOIABA 513,63 Kcal	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI 582,47 Kcal	1535,01	260,12	68,62	28,25
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 528,33 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E BANANA 477,01 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA 440,13 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELANCIA E REFRESCO DE ACEROLA 482,94 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 404,57 Kcal				
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE MANGA + MELÃO E MELANCIA 516,16 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E TANGERINA 513,36 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MAMÃO 477,01 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 535,59 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 482,94 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, PURÉ DE ABÓBORA, REFRESCO DE ACEROLA 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISSADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOLA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ABACAXI 513,63 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, PURÉ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA 745,95 Kcal	FEIJADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE CAJU 564,25 Kcal	1593,11	274,34	67,76	27,72
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS E BANANA 482,94 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MAÇÃ E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E BANANA 516,16 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 448,38 Kcal				
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 516,16 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE TANGERINA + MELÃO E BANANA 516,16 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 497,71 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAÇÃ 425,67 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 CARIOLA, MACARRÃO E REFRESCO DE GOIABA 667,95 Kcal	GUISSADO DE CARNE, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO PRETO, SALADA CRUA E REFRESCO DE ABACAXI 513,63 Kcal	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOLA, ARROZ, SALADA CRUA E REFRESCO DE ACEROLA 714,70 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, ABÓBORA REFOGADA, REFRESCO DE CAJU 603,38 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE MANGA 562,72 Kcal	1578,95	272,56	67,08	28,59
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUÁ COM CANELA E MAÇÃ 454,34 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E BANANA 477,01 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 513,36 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, TANGERINA E MELANCIA E REFRESCO DE ABACAXI 482,94 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 413,45 Kcal				
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025					CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA E MELÃO 516,16 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E TANGERINA 460,28 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, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOLA, REFRESCO DE GOIABA 602,33 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, LEGUMES COZIDOS E REFRESCO DE ACEROLA 553,66 Kcal				1549,88	278,41	63,83	22,93
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ 484,39 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAMÃO E MELÃO E REFRESCO DE CAJU 482,94 Kcal							

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS RPA 01 E 06 - Costa Porto e Cícero Franklin
SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA 406,59 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA 385,37 Kcal	CURAU COM CANELA E MAÇÃ 420,24 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 401,28 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ABACAXI + BANANA 402,05 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% 10% a 15% 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 329,27 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E MAMÃO 419,02 Kcal	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO 443,50 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA 401,10 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 422,92 Kcal	403,16 66,03 11,90 10,34
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 428,24 Kcal	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO 443,50 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO 401,10 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI 425,44 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 406,59 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% 10% a 15% 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 432,66 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA 402,05 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + REFRESCO DE ACEROLA 385,37 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 428,24 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 330,43 Kcal	420,97 71,45 13,09 10,10
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO 401,10 Kcal	PÃO + CARNE MOIDA COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 415,40 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJU + BANANA 402,05 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 428,24 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% 10% a 15% 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJU 401,28 Kcal	MAÇÃ, BANANA E BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS 393,96 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 422,92 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ACEROLA E BANANA 401,10 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 357,57 Kcal	413,96 74,48 12,22 8,43
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO 401,10 Kcal	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES 423,03 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE CAJU + BANANA 401,10 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 425,44 Kcal	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA 406,59 Kcal	Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% 10% a 15% 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ 431,80 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MAMÃO 402,05 Kcal	PÃO + CARNE MOIDA COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 415,40 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, TANGERINA E REFRESCO DE ABACAXI 428,24 Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA 401,28 Kcal	411,45 70,12 12,90 9,53
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA 401,10 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E TANGERINA 419,02 Kcal				Energia (Kcal) CHO (g) PTN (g) LPD (g) 55% a 65% 10% a 15% 15% a 30% do VET
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 422,92 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJU 428,24 Kcal				410,06 79,80 6,86 8,45
						425,58 71,38 14,27 10,22

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
SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	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)	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MELÃO 425,67 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA + BANANA 440,13 Kcal	CURAU COM CANELA E MAÇÃ 466,31 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO E BANANA 477,01 Kcal	444,51	83,43	15,68	8,83
LANCHE TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELÃO 424,47 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E MAMÃO 460,28 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA E MELANCIA 516,16 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MELANCIA E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal	488,42	91,17	19,07	6,39
SEM 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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)	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE MANGA 482,94 Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 556,81 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO 516,16 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE CAJU 497,71 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE CAJU + MELÃO E MELANCIA 425,67 Kcal	495,86	90,19	17,38	9,68
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 528,33 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E BANANA 477,01 Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA 440,13 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELANCIA E REFRESCO DE ACEROLA 482,94 Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 404,57 Kcal	466,59	77,75	19,84	9,80
SEM 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	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)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE MANGA + MELÃO E MELANCIA 516,16 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE ACEROLA E TANGERINA 513,36 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU + BANANA E MAMÃO 477,01 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI 535,59 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 482,94 Kcal	505,01	94,48	15,52	8,79
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 413,45 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS E BANANA 482,94 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, MAÇÃ E REFRESCO DE MANGA 484,39 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E BANANA 516,16 Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 448,38 Kcal	469,06	84,60	18,57	7,29
SEM 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	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)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU, REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO 516,16 Kcal	MACAXEIRA, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 535,59 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA, REFRESCO DE TANGERINA + MELÃO E BANANA 516,16 Kcal	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE MANGA 497,71 Kcal	PÃO COM QUEIJO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAÇÃ 425,67 Kcal	498,26	93,21	17,41	8,66
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUÁ COM CANELA E MAÇÃ 454,34 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E BANANA 477,01 Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, REFRESCO DE CAJU E MELANCIA 513,36 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, TANGERINA E MELANCIA E REFRESCO DE ABACAXI 482,94 Kcal	CUSCUZ, FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA 413,45 Kcal	468,22	82,71	16,33	9,48
SEM 05	29/9/2025	30/9/2025				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)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, REFRESCO DE TANGERINA + MELANCIA E MELÃO 516,16 Kcal	CUSCUZ COM LEITE E TANGERINA 460,28 Kcal				488,22	102,51	11,05	5,87
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ 484,39 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MAMÃO E MELÃO E REFRESCO DE CAJU 482,94 Kcal				483,67	86,59	18,30	8,28

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

Documento assinado digitalmente



SYNARA SILVA SOARES

Data: 29/08/2025 10:09:39-0300

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



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

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06

SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	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, ARROZ E MELÃO 503,85Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES + MELANCIA E TANGERINA 513,36Kcal	CARÁ COM FRANGO AO MOLHO E REFRESCO DE GOIABA 467,11Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 473,29Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E BANANA 468,40Kcal	485,20	64,52	22,94	9,52
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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 + MELANCIA E MAÇÃ 470,60Kcal	MACAXEIRA, CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU 556,81Kcal	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 473,29Kcal	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES, MELANCIA + BANANA 513,36Kcal	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA 479,30Kcal	498,67	82,14	26,11	7,95
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	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 ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE CAJU 497,71Kcal	BATATA DOCE COM ISCAS DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA 479,95Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES + MELANCIA E MAÇÃ 470,60Kcal	CUSCUZ, CARNE GUISADA COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA 442,55Kcal	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA 448,38Kcal	467,84	77,29	25,75	6,65
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	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)	BAIÃO DE DOIS 454,37Kcal	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES, REFRESCO DE TANGERINA E MELÃO 490,48Kcal	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MELANCIA 468,40Kcal	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E MELÃO 503,85Kcal	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE ACEROLA 528,33Kcal	489,09	60,15	23,58	11,09
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025				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 CARNE COM LEGUMES E MELÃO 479,30Kcal	MUNGUÁ COM CANELA E TANGERINA 474,80Kcal				477,05	71,06	20,97	13,16



SETEMBRO - 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	1/9/2025	2/9/2025	3/9/2025	4/9/2025	5/9/2025	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, MELANCIA + REFRESCO DE MANGA 406,59 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E MELÃO 338,90 Kcal	PÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES + MAÇÃ 415,40 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO + TANGERINA E MELANCIA 338,90 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA E REFRESCO DE ABACAXI 402,05 Kcal	380,37	64,82	10,10	9,95
SEMANA 02	8/9/2025	9/9/2025	10/9/2025	11/9/2025	12/9/2025	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, MELÃO E REFRESCO DE MANGA 428,24 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, MELANCIA E REFRESCO DE CAJU 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + MAÇÃ E MELÃO 338,90 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE ACEROLA 428,24 Kcal	PÃO COM QUEIJO, MELANCIA + REFRESCO DE CAJU 406,59 Kcal	400,80	57,80	12,05	15,35
SEMANA 03	15/9/2025	16/9/2025	17/9/2025	18/9/2025	19/9/2025	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 GOIABA + MELANCIA E MELÃO 338,90 Kcal	MAÇÃ E BANANA + BEDIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS 404,67 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, BANANA E REFRESCO DE CAJU 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO + BANANA E MELANCIA 338,90 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA 428,24 Kcal	382,55	84,25	5,19	10,09
SEMANA 04	22/9/2025	23/9/2025	24/9/2025	25/9/2025	26/9/2025	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 LIMÃO + MELANCIA E MELÃO 338,90 Kcal	PÃO COM REQUEIJÃO, MAMÃO E REFRESCO DE MANGA 402,05 Kcal	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU + BANANA E MELÃO 338,90 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, TANGERINA E REFRESCO DE ABACAXI 428,24 Kcal	PÃO COM QUEIJO, MELANCIA + REFRESCO DE ACEROLA 406,59 Kcal	382,93	57,80	12,05	15,35
SEMANA 05	29/9/2025	30/9/2025				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 LIMÃO + MELANCIA E MELÃO 338,90 Kcal	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJU 428,24 Kcal				383,57	75,23	4,27	9,01