



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

Unidade de Programa de Atendimento Educacional Integrado - PAEI

CARDÁPIO: 03-11-2025 A 28-11-2025

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 03-11-2025	TERÇA 04-11-2025	QUARTA 05-11-2025	QUINTA 06-11-2025	SEXTA 07-11-2025
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE CARAMELADO PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE BOLO DE MAÇÃ COM AVEIA	LEITE ROSQUINHA DE COCO	SALADA DE FRUTAS COM BANANA E MAMÃO FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	CREME DE CHOCOLATE COM CACAU
ALMOÇO	OMELETE COM ESPINAFRE PURÊ DE BATATA SALADA DE CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	COXA E SOBRECOXA ASSADA POLENTA CHUCHU REFOGADO COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CUBOS DE PERNIL ENSOPADOS BATATA DOCE ASSADA COUVE REFOGADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	FILÉ DE FRANGO ORIENTAL (PIMENTÃO, CENOURA E REPOLHO) SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CUBOS DE PERNIL REFOGADOS GUISADO DE CHUCHU COM MORANGA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES MAMÃO
REFEIÇÃO DA TARDE	FRAPÊ DE MARACUJÁ BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE CARAMELADO BOLO DE MAÇÃ COM AVEIA	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LIMONADA TORTA SALGADA SABOR PIZZA	SALADA DE FRUTAS COM BANANA E MAMÃO FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ
JANTAR	- CANJIQUELHA COM FILÉ DE FRANGO, BATATA, COUVE E TOMATE	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, MORANGA E BETERRABA - ARROZ SIMPLES MANGA PALMER	- MACARRÃO PARAFUSO AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA COM OVOS COZIDOS LARANJA PERA	- ARROZ TEMPERADO COM PERNIL, CENOURA E ABOBRINHA	- ESTROGONOFÉ À VIAGEM COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA, TOMATE E AVEIA - ARROZ SIMPLES

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

Unidade de Programa de Atendimento Educacional Integrado - PAEI

CARDÁPIO: 03-11-2025 A 28-11-2025

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 10-11-2025	TERÇA 11-11-2025	QUARTA 12-11-2025	QUINTA 13-11-2025	SEXTA 14-11-2025
CAFÉ DA MANHÃ	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE CARAMELADO ROSQUINHA DE CHOCOLATE	LEITE COM CANELA BOLO DE COCO	FRAPÊ DE MARACUJÁ BANANA PRATA	SUCO DE ABACAXI COM HORTELÃ OVOS MEXIDOS COM FARINHA DE MANDIOCA
ALMOÇO	OVOS MEXIDOS JARDINEIRA DE BATATA, CHUCHU E CENOURA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES ABACAXI	CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA DE ABOBRINHA COZIDA COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES MELÃO	CUBOS DE PERNIL ACEBOLADOS CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO PRETO	ESPAGUETE A BOLONHESA SALADA DE ALFACE COM CENOURA RALADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	CUBOS DE PERNIL ENSOPADOS PURÊ DE MORANGA SALADA DE REPOLHO COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES
REFEIÇÃO DA TARDE	LEITE CARAMELADO PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	VITAMINA ROSÊ (BANANA, CENOURA E BETERRABA) BISCOITO CREAM CRACKER	CAFÉ COM LEITE PÃO DE BATATA	SUCO DE MARACUJÁ TORTA DE LEGUMES COM CENOURA E VAGEM	ARROZ DOCE
JANTAR	- ARROZ COM LENTILHA, CARNE MOÍDA, TOMATE E CENOURA MANGA PALMER	- PERNIL ORIENTAL COM REPOLHO E CENOURA - ARROZ SIMPLES	- FEIJÃO TROPEIRO COM PERNIL E COUVE - ARROZ SIMPLES LARANJA PERA	- ARROZ CHINÊS COM FILÉ DE FRANGO, OVOS, TOMATE, PIMENTÃO E ACELGA MAMÃO	- POLENTA AO MOLHO DE CARNE MOÍDA, CHUCHU E CENOURA

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

Unidade de Programa de Atendimento Educacional Integrado - PAEI

CARDÁPIO: 03-11-2025 A 28-11-2025

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 17-11-2025	TERÇA 18-11-2025	QUARTA 19-11-2025		
CAFÉ DA MANHÃ	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	CAFÉ COM LEITE ROSQUINHA DE COCO	LEITE BOLO DE LARANJA		
ALMOÇO	OVOS COZIDOS COUVE REFOGADA SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES TUTU DE FEIJÃO LARANJA PERA	LOMBO DE PANELA BATATA SAUTÉE SALADA DE CENOURA COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	RAGU DE CARNE BOVINA, CEBOLA E TOMATE POLENTA SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES MELANCIA		
REFEIÇÃO DA TARDE	LEITE COM CANELA BISCOITO CREAM CRACKER	CAFÉ COM LEITE PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE CARAMELADO ROSQUINHA DE CHOCOLATE		
JANTAR	- GALINHADA COM FILÉ DE FRANGO (TOMATE E CENOURA)	- MACARRÃO PARAFUSO AO MOLHO DE TOMATE E CENOURA COM OVOS COZIDOS LARANJA PERA	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, BATATA DOCE E BETERRABA - ARROZ SIMPLES MAÇÃ		

Observações:

***Cardápio sujeito a alterações.**



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

Unidade de Programa de Atendimento Educacional Integrado - PAEI

CARDÁPIO: 03-11-2025 A 28-11-2025

FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO	SEGUNDA 24-11-2025	TERÇA 25-11-2025	QUARTA 26-11-2025	QUINTA 27-11-2025	SEXTA 28-11-2025
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE COM CANELA PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	SUCO DE MELANCIA COM LIMÃO OVOS MEXIDOS COM FARINHA DE MANDIOCA	CAFÉ COM LEITE BOLO DE CENOURA	ARROZ DOCE	CAFÉ COM LEITE ROSQUINHA DE CHOCOLATE
ALMOÇO	CARNE MOÍDA REFOGADA INHAME ENSOPADO COUVE REFOGADA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	ESTROGONOFÉ DE FRANGO BATATA ASSADA SALADA DE ALFACE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	OVOS MEXIDOS MACARRÃO PARAFUSO AO ALHO E ÓLEO CENOURA E CHUCHU SAUTÉE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES LARANJA PERA	CUBOS DE PERNIL REFOGADOS COM REPOLHO SALADA DE BETERRABA E VAGEM COZIDA ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES	LAGARTO BOVINO AO MOLHO FERRUGEM BATATA DOCE SAUTÉE SALADA DE TOMATE ARROZ SIMPLES FEIJÃO SIMPLES MELÃO
REFEIÇÃO DA TARDE	LEITE CARMELADO PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO CREAM CRACKER	SUCO DE MARACUJÁ TORTA SALGADA SABOR PIZZA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E LARANJA) FARINHA DE AVEIA COM LEITE EM PÓ	SUCO DE LARANJA COM CENOURA BOLO DE ABACAXI
JANTAR	- RISOTO DE MORANGA COM FILÉ DE FRANGO E TOMATE MAÇÃ	- BAIÃO COM OVOS, CENOURA, COUVE E TOMATE LARANJA PERA	- CARNE BOVINA COM BATATA E CENOURA ARROZ SIMPLES	- ARROZ TEMPERADO COM CARNE MOÍDA, CENOURA E VAGEM	- POLENTA AO MOLHO DE PERNIL, CENOURA E REPOLHO

Observações:

*Cardápio sujeito a alterações.

MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE AO PERÍODO DE 03-11-2025 A 28-11-2025					
FAIXA ETÁRIA: PMAE - 6 A 15 ANOS E 11 MESES					
INFORMAÇÕES	CAFÉ DA MANHÃ	ALMOÇO	REFEIÇÃO DA TARDE	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	314,03	458,32	307,06	427,30	1506,70
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	40,02	71,77	46,28	76,03	234,10
PROTEÍNAS (GRAMAS)	9,06	16,90	8,47	13,75	48,19
LIPÍDIOS (GRAMAS)	11,54	11,33	10,30	7,52	40,69
FIBRAS (GRAMAS)	1,93	7,76	1,92	5,57	17,19
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	77,76	7,38	67,21	2,88	155,22
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,13	0,33	0,21	0,31	0,99
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	7,22	27,94	11,23	34,44	80,82
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	186,45	57,56	166,23	38,09	448,32
FERRO (MILIGRAMAS)	0,68	1,57	0,79	1,10	4,14
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	28,86	43,95	31,16	29,95	133,90
SÓDIO (MILIGRAMAS)	202,83	599,66	303,23	275,58	1381,30
ZINCO (MILIGRAMAS)	0,88	1,88	0,90	1,51	5,16

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902