

ALERGIA AO OVO					
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			JULHO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 29	TERÇA-FEIRA 30	QUARTA-FEIRA 01 SABORES DA TERRA	QUINTA-FEIRA 02	SEXTA-FEIRA 03
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Polenta cremosa com carne moída	*Sopa de legumes (cenoura , batata inglesa, brócolis, batata salsa, tomate e abobrinha) com frango e macarrão DE	*Arroz com cenoura	*Bolo de FUBÁ (SEM OVO , cobertura de coco)	*Arroz parb.
Lanche da tarde: 15h00min	*Alface, couve e repolho orgânicos		*Feijão preto	*Chocolate quente	*Feijão carioca
	*Banana (Sobremesa)		*Vaca atolada ou mandioca c/ carne bovina	* Manga (Sobremesa)	*Batata doce
		*Melão (Sobremesa)	*Alface e couve-flor orgânicos		*Carne suína refogada
			*Laranja (Sobremesa)		*Repolho, couve, cenoura e tomate
Composição nutricional 30% do VET	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g	
(Média semanal)	492,6 kcal	74 g	16 g	17 g	
Composição nutricional 20% do VET	Energia (Kcal) *VR: 329	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g	
(Média semanal)	329,4 kcal	50 g	10 g	11 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

ALERGIA AO OVO					
FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)			JULHO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 06	TERÇA-FEIRA 07	QUARTA-FEIRA 08	QUINTA-FEIRA 09	SEXTA-FEIRA 10
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Macarrão de ARROZ com coxa ao molho *MIX: Repolho verde, tomate e cenoura *Banana (sobremesa)	*Quibe de carne moída *Chá de maracujá *Ponkan (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Quirera com carne suína *Alface, couve-flor e Beterraba *Banana (sobremesa)	 FESTA JULINA *Cachorro quente (USAR PÃO DE DOG DA AGRICULTURA) *Pipoca *Quentão *Maçã do amor	*Arroz parb.
Lanche da tarde: 15h00min					*Feijão carioca *Farofa colorida com espinafre *Tilápia assada/ensopada *Brócolis, cenoura e pepino *Abacaxi (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g	
	494 kcal	75 g	16 g	17 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g	
	329 kcal	49 g	10 g	12 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

ALERGIA AO OVO

FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)

JULHO/2026



HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 20	TERÇA-FEIRA 21	QUARTA-FEIRA 22	QUINTA-FEIRA 23	SEXTA-FEIRA 24
Entrada 07h45min	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	*Arroz parb. *Feijão preto *Macarrão DE ARROZ com frango caipira ao molho *Tomate e repolho roxo *Banana (Sobremesa)	*Sopa de feijão/legumes (cenoura, batata inglesa, batata salsa, tomate e abobrinha) com carne bovina e macarrão DE ARROZ * Manga (Sobremesa)
Lanche da tarde: 15h00min					
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 492,7 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g 70 g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g 16 g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g 17 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 329,7 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 49 g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g 10 g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g 11 g	

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

ALERGIA AO OVO



FUNDAMENTAL I (6-10 ANOS)

JULHO/2026

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 27	TERÇA-FEIRA 28	QUARTA-FEIRA 29	QUINTA-FEIRA 30	SEXTA-FEIRA 31
Entrada 07h45min	*Banana	*Maçã	*Banana	*Maçã	*Banana
Lanche da manhã: 09h30min	*Quirera com frango ao molho *Brócolis, beterraba e repolho	*Farofa colorida de carne com cenoura e couve *Chá de cidreira/hortelã	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Macarrão de ARROZ com coxa ao molho	*Torta salgada (SEM OVO) com frango cremoso e legumes (cenoura, brócolis, couve-flor e tomate)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Carne bovina acebolada
Lanche da tarde: 15h00min	*Banana (Sobremesa)	*Ameixa (Sobremesa)	*Alface, cenoura e tomate *Laranja (sobremesa)	*Café com leite *Banana (Sobremesa)	*Batata inglesa com orégano *Mix: Repolho, cenoura e tomate com grão de bico *Mamão (sobremesa)
Composição nutricional 30% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 493 494 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 56g à 80g 76 g	PTN (g) 10% à 25% do VET 12g à 18g 16 g	LPD (g) 20% à 35% do VET 14g à 19g 15 g	
Composição nutricional 20% do VET (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 329 329,5 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 45g à 53g 52 g	PTN (g) 10% à 25% do VET 8g à 12g 11 g	LPD (g) 20% à 35% do VET 9g à 13g 10 g	

Vanessa Pan
Vanessa Pan
Nutricionista da Merenda Escolar
CRN: 89800

****Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.**

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

ESCOLAS ATENDIDAS COM ESSE CARDÁPIO:

***CARDÁPIO EXCLUSIVO DA ESCOLA ANDRÉ DORINI**