

ESCOLA MUNICIPAL IRINEU BATISTA CÂMARA – PRÉ ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL – 4 a 10 anos – NOVEMBRO – 2026

SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA - FEIRA
02. FERIADO	03. Macarrão espaguete à Bolonhesa + Salada	04. Arroz Branco + Creme de Milho + Coxa e sobrecoxa de frango assada	05. Arroz Branco + Feijuca de Pernil + Salada	06. Arroz Doce + Fruta
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL: 4-5 anos (média semanal): Energia 273Kcal, sendo PTN 9g / LIP 10g / CHO 41g COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 6-10 anos (média semanal): Energia 326Kcal, sendo PTN 11g / LIP 12g / CHO 50g				
09. Galinhada Colorida	10. Arroz Branco + Feijão Carioca c/ Calabresa + Salada	11. Pão Francês c/ carne moída + Suco de Laranja	12. Arroz Branco + Strogonoff leve de Frango + Salada	13. Biscoito de Polvilho + Iogurte de Morango + Fruta
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL: 4-5 anos (média semanal): Energia 269Kcal, sendo PTN 8g / LIP 9g / CHO 42g COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 6-10 anos (média semanal): Energia 320Kcal, sendo PTN 10g / LIP 11g / CHO 51g				
16. Polenta cremosa c/ Carne Moída	17. Pão caseiro c/ Margarina + Iogurte de Morango + Fruta	18. Arroz Branco + Feijão Carioca + Filé de Tilápia assado	19. Arroz Branco + Coxa e sobrecoxa de frango em molho + Salada	20. FERIADO
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL: 4-5 anos (média semanal): Energia 270Kcal, sendo PTN 9g / LIP 8g / CHO 40g COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 6-10 anos (média semanal): Energia 323Kcal, sendo PTN 11g / LIP 10g / CHO 49g				
23. Arroz Temperado c/ Carne Moída e Legumes + Salada	24. Arroz Branco + Feijão Carioca + Farofa feliz c/ ovos e legumes	25. Pão caseiro c/ Requeijão + Suco de Abacaxi	26. Sopa de Macarrão picado, legumes e Carne moída	27. Mingau de Chocolate + Fruta
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL: 4-5 anos (média semanal): Energia 272Kcal, sendo PTN 10g / LIP 11g / CHO 42g COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL 6-10 anos (média semanal): Energia 324Kcal, sendo PTN 12g / LIP 12g / CHO 50g				

*OBS: Cardápio sujeito a alterações desde que entrem em contato com a Nutricionista Andréa Cristina Fadoni Piva.
*Verduras, Legumes e Frutas – serão utilizadas as variedades encaminhadas semanalmente do Ag. Familiar, PAA ou dos Fornecedores;
*Atenção: Alunos com Necessidades Alimentares Especiais: 1. ALERGIA A PROTEINA DO LEITE – subs. por água ou bebida de soja ou não adicionar o leite na preparação; 2. INTOLERÂNCIA A LACTOSE – subs. por leite s/ lactose ou não adicionar na preparação; 3. ALERGIA AO OVO - não colocar o ovo na preparação; 4. ALERGIA AO GLÚTEN – utilizar os alimentos específicos; 5. ALERGIA AO TOMATE – não ofertar tomate e nem extrato.

ANDRÉA CRISTINA FADONI PIVA
NUTRICIONISTA - CRN8-9113

"Pequenos gestos também transformam vidas."