

CARDÁPIO MAIO ESCOLA ARISTIDES 2024



MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
			01/05	02/05	03/05
CAFÉ DA MANHÃ – 7:45h				Bolacha salgada Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha rosquinha Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g
LANCHE DA MANHÃ – 09:30 às 10:15h			<u>FERIADO</u>	Cereal com leite Banana Kcal: 138 CHO: 36g PTN: 8,3g LÍP: 6,8g	Mingau de chocolate (50%) Banana Kcal: 152,5 CHO: 28,2g PTN: 4,4g LÍP: 2,7g
ALMOÇO – 12:00 às 13:00h				Arroz/Feijão Carne em iscas c/ mandioca Couve refogada e alface Laranja Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g	Arroz com frango e milho Feijão Beterraba Laranja Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g
LANCHE DA TARDE – 14:30 às 15:00h				Mingau de chocolate (50%) Banana Kcal: 152,5 CHO: 28,2g PTN: 4,4g LÍP: 2,7g	Bolo fubá Café com leite Kcal: 123 CHO: 21,4g PTN: 1,6g LÍP: 4g

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRNB 16124/P

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM

CARDÁPIO MAIO ESCOLA ARISTIDES 2024



MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	06/05	07/05	08/05	09/05	10/05
CAFÉ DA MANHÃ – 7:45h	Bolacha rosquinha Achocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Achocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha maisena Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Achocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g
LANCHE DA MANHÃ – 09:30 às 10:15h	Pão francês c/ margarina Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão dog c/ manteiga Café com Leite Kcal: 194 CHO: 37g PTN: 4,6g LÍP: 3,17g	Pão francês c/ manteiga Achocolatado Kcal: 194 CHO: 37g PTN: 4,6g LÍP: 3,17g	Pão dog c/ margarina Café com leite Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão doce Chá Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g
ALMOÇO – 12:00 às 13:00h	Arroz/Feijão Almôndegas ao molho Purê de batata Repolho e chuchu Maçã Kcal: 246 CHO: 30,8g PTN: 16,2g LÍP: 6,4g	Arroz/ Feijão Polenta cremosa com carne em iscas Abobrinha cozida Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g	Arroz/ Feijão Quirera com carne em iscas Couve refogada e alface Banana Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g	Arroz/ Feijão Macarrão com frango desfiado Beterraba Laranja Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g	Arroz Virado de feijão com couve Frango ao molho Repolho Banana Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g
LANCHE DA TARDE – 14:30 às 15:00h	Cereal c/ iogurte Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Pão dog c/ manteiga Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão francês c/ carne moída Achocolatado Kcal: 194 CHO: 37g PTN: 4,6g LÍP: 3,17g	Pão dog c/ requeijão Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão doce Café com Leite Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
 CRN 8 17043/P

Júlio Melo
 Nutricionista
 CRN 8 17043/P



Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
 CRN 8 16124/P

Gisele Martins dos Santos
 Nutricionista
 CRNB 16124/P



CARDÁPIO MAIO ESCOLA ARISTIDES 2024



MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13/05	14/05	15/05	16/05	17/05
CAFÉ DA MANHÃ – 7:45h	Bolacha salgada Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Leite caramelado Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha maisena Leite caramelado Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Cereal com leite Banana Kcal: 138 CHO: 36g PTN: 8,3g LÍP: 6,8g	Bolacha rosquinha Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g
LANCHE DA MANHÃ – 09:30 às 10:15h	Pão francês c/ requeijão Achocolatado Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Cereal com leite Banana Kcal: 138 CHO: 36g PTN: 8,3g LÍP: 6,8g	Pão francês c/ requeijão Achocolatado Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão dog c/ manteiga Chá Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	Pão doce Leite caramelado Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g
ALMOÇO – 12:00 às 13:00h	Arroz/feijão Carne bovina em iscas ao molho Repolho e beterraba Maçã Kcal: 269 CHO: 32,2g PTN: 18,2g LÍP: 7,8g	Arroz/Feijão Polenta cremosa com carne em iscas Abobrinha refogada Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g	Arroz /Feijão Frango ao molho Abobrinha e alface Banana Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g	Arroz/Feijão Macarrão com carne moída e cenoura Chuchu Laranja Kcal: 273 CHO: 27,5g PTN: 19,3g LÍP: 9,3g	Arroz/ Feijão Sopa de frango com mandioca Banana Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g
LANCHE DA TARDE – 14:30 às 15:00h	Pão francês requeijão Achocolatado Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Bolo banana com aveia Leite caramelado Kcal: 123 CHO: 21,4g PTN: 1,6g LÍP: 4g	Pão dog manteiga Leite caramelado Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	Pão francês c/ margarina Achocolatado Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Bolo fubá Café com leite Kcal: 123 CHO: 21,4g PTN: 1,6g LÍP: 4g

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRNB 16124/P

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM

CARDÁPIO MAIO ESCOLA ARISTIDES 2024



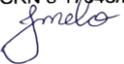
MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	20/05	21/05	22/05	23/05	24/05
CAFÉ DA MANHÃ – 7:45h	Bolacha salgada Achocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha maisena Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha rosquinha Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Cereal com leite Banana Kcal: 138 CHO: 36g PTN: 8,3g LÍP: 6,8g	Bolacha salgada Achocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g
LANCHE DA MANHÃ – 09:30 às 10:15h	Pão dog c/ margarina Chá Kcal: 194 CHO: 37g PTN: 4,6g LÍP: 3,17g	Pão doce Achocolatado Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	Cereal com leite Banana Kcal: 138 CHO: 36g PTN: 8,3g LÍP: 6,8g	Pão francês requeijão Café com leite Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão francês c/ margarina Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g
ALMOÇO – 12:00 às 13:00h	Arroz/ Feijão Macarrão (Ave Maria) com carne moída Chuchu cozido Kcal: 273 CHO: 27,5g PTN: 19,3g LÍP: 9,3g	Arroz/Feijão Carne bovina em iscas com batata e pimentão Alface e repolho Kcal: 274 CHO: 16,6g PTN: 15,7g LÍP: 15,8g	Arroz com frango e milho Feijão Beterraba Banana Kcal: 203 CHO: 20,4g PTN: 16,4g LÍP: 5,3g	Arroz/Feijão Carne em iscas c/ mandioca Couve refogada e alface Laranja Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g	Arroz/Feijão Polenta cremosa com carne moída Abobrinha refogada Laranja Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g
LANCHE DA TARDE – 14:30 às 15:00h	Pão dog c/ margarina Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão francês manteiga Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão dog c/ requeijão Café com leite Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Bolo banana com aveia Chá Kcal: 123 CHO: 21,4g PTN: 1,6g LÍP: 4g	Pão francês requeijão Chá Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
 CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
 CRN 8 16124/P

Júlio Melo
 Nutricionista
 CRN 8 17043/P



Gisele Martins dos Santos
 Nutricionista
 CRNB 16124/P



CARDÁPIO MAIO ESCOLA ARISTIDES 2024



MUNICÍPIO DE SENGÉS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	27/05	28/05	29/05	30/05	31/05
CAFÉ DA MANHÃ – 7:45h	Bolacha rosquinha Chá Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Achocolatado (50%) Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g	Bolacha salgada Leite caramelado Kcal: 138 CHO: 28,9g PTN: 2,2g LÍP: 2,2g		
LANCHE DA MANHÃ – 09:30 às 10:15h	Pão francês c/ margarina Achocolatado 50% Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g	Pão dog c/ manteiga Café com leite Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	Pão francês c/ margarina Chá Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	FERIADO	RECESSO
ALMOÇO – 12:00 às 13:00h	Arroz/Feijão Polenta cremosa com carne em iscas Beterraba Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g	Arroz/ Feijão Polenta cremosa com carne em iscas Abobrinha cozida Kcal: 267 CHO: 41,9g PTN: 12,8g LÍP: 6,21g	Arroz/ Feijão Quirera com frango Couve refogada Banana Kcal: 303 CHO: 44,1g PTN: 13,9g LÍP: 8,13g		
LANCHE DA TARDE – 14:30 às 15:00h	Pão dog c/ manteiga Chá Kcal: 194 CHO: 37g PTN: 4,6g LÍP: 3,17g	Pão Frances c/ carne moída Achocolatado 50% Kcal: 165 CHO: 20,4g PTN: 6,8g LÍP: 6,7g	Pão dog c/ manteiga Achocolatado Kcal: 103g CHO: 19,5g PTN: 2,1g LÍP: 1,8g		

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P

Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRNB 16124/P

NUTRIESCOLASENGES@GMAIL.COM

CARDÁPIO MAIO ESCOLA ARISTIDES 2024



MUNICÍPIO DE SENGÉS SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Observações:

As substituições são permitidas dentro de alimentos do mesmo grupo alimentar. Cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidade que possam ocorrer na unidade escolar e intercorrências com as entregas.

A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa entre o raspado, amassado, picado e pedaços inteiros individualmente de acordo com a evolução de cada aluno.

Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº 6, de 08 de maio de 2020. Observação: Sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturação em hortifrutis e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição.

Nutricionista Responsável Técnico (RT):
JÚLIO APARECIDO LEITE DA ROSA MELO
CRN 8 17043/P

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043/P


Nutricionista Quadro Técnico (QT):
GISELE MARTINS DOS SANTOS
CRN 8 16124/P

Gisele Martins dos Santos
Nutricionista
CRN 8 16124/P
