



CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA (4-5 anos) - MÊS: JULHO/2025

CAFÉ DA MANHÃ (8 às 8:45 h)					ALMOÇO (10:45 às 12 h)				
Data	Bebida	Pão /outros	Recheio	Kcal	Carne	Guarnição ou Salada	Arroz	Feijão	Kcal
1 Ter	Leite puro	Pão francês	Nata c/ cheiro verde	216	Bolinho de batata com sardinha (tipo croquete)	Repolho refogado	Parbo	Preto	321
2 Qua	Chá mate	Pão integral fatiado	Maionese caseira	153	Isclas de coxão mole aceboladas	Salada: beterraba	Parbo	Preto	357
3 Qui	Café com leite	Bolo integral de banana e aveia		367	Mignon suíno picadinho refogado	Batata doce assada c/orégano	Parbo	Preto	403
4 Sex	Chá mate c/ leite	Pão bisnaguinha	Margarina	226	Coxa/sobrecoxa assada com queijo	Couve flor ao molho branco	Parbo	Preto	343
	Médias Semana 1:			241					356
7 Seg	RECESSO ESCOLAR								
8 Ter									
9 Qua									
10 Qui									
11 Sex									
	Médias Semana 2:								
14 Seg	RECESSO ESCOLAR								
15 Ter									
16 Qua									
17 Qui									
18 Sex									
	Médias Semana 3:								
21 Seg	RECESSO ESCOLAR								
22 Ter	Chá mate	Pão francês	Nata c/ cheiro verde	127	Escondidinho de Batata com Carne Moída Refogada		Parbo	Preto	313
23 Qua	Leite puro	Pão integral fatiado	Maionese caseira	243	Carne moída suína refogada com vagem e cenoura	Maionese de Batatas	Parbo	Preto	398
24 Qui	Chá de Frutas	Bolo integral com cobertura de pasta de amendoim		216	Coxa/sobrecoxa assada	Creme de espinafre	Parbo	Preto	412
25 Sex	Café com leite	Pão bisnaguinha	Manteiga	245	Quibe de forno recheado com legumes	Salada: beterraba	Parbo	Preto	360
	Médias Semana 4:			208					371
28 Seg	Leite quente c/ amendoim/canela	Farofa de ovos		283	Carne Moída Refogada com vagem	Batata sauté c/ cheiro verde	Parbo	Preto	369
29 Ter	Leite puro	Pão francês	Nata c/ cheiro verde	216	Frango desfiado ao sugo	Repolho refogado	Parbo	Preto	336
30 Qua	Chá mate	Pão integral fatiado	Patê de Ricota	125	Isclas de coxão mole aceboladas	Salada: beterraba	Parbo	Preto	357
31 Qui	Leite puro	Bolo integral de banana e aveia		336	Mignon suíno picadinho refogado	Batata doce assada c/orégano	Parbo	Preto	403
	Médias Semana 5:			240					366
Médias Mensais:				229					364

Responsável técnico (a): Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103

Quadro técnico: Wagner Kloster Antunes CRN 8 9606

Elaine F. Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8-103

Wagner Kloster Antunes
NUTRICIONISTA
CRN 8-9606



LANCHE DA TARDE (13:30 às 14:30 h)			JANTAR (15:45 às 16:30 h)			VET	
Data	Fruta	Kcal	Salada	Carne	Guarnição	Kcal	945
1 Ter	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja)	134	Beterraba	Carne moída bovina	Arroz, Batata salsa sauté	310	982
2 Qua	Melão + maçã picados	79	Alface	Omelete com legumes	Macarrão ao alho e óleo	246	835
3 Qui	Maçã	53	Suco de frutas	Sanduíche de carne moída bovina c/cebola, alface e tomate		202	1025
4 Sex	Iogurte natural batido c/ leite em pó e banana	182	Sopa de feijão (iscas de coxão mole, macarrão sopa letras, feijão, batata, repolho)			231	982
	Médias Semana 1:	112				247	956
7 Seg	RECESSO ESCOLAR						
8 Ter							
9 Qua							
10 Qui							
11 Sex							
	Médias Semana 2:						
14 Seg	RECESSO ESCOLAR						
15 Ter							
16 Qua							
17 Qui							
18 Sex							
	Médias Semana 3:						
21 Seg	RECESSO ESCOLAR						
22 Ter	Iogurte natural batido c/ leite em pó e mamão	158	Beterraba	Sassami empanado crocante assado	Quirera	243	841
23 Qua	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) c/ leite pó	209	Alface	Iscas de patinho ao sugo	Arroz, Batata sauté	293	1143
24 Qui	Melão + manga cortados	72	Suco de frutas	Sanduíche de carne moída bovina c/cebola, alface e tomate		226	927
25 Sex	Maçã	53	Sopa de feijão (iscas de coxão mole, macarrão sopa letras, feijão, batata, repolho)			231	890
	Médias Semana 4:	123				248	950
28 Seg	Laranja pera	33	Acelga	Pernil suíno moído ao sugo	Quirera com legumes	267	952
29 Ter	Iogurte natural batido c/ leite em pó e mamão	158	Beterraba	Carne moída bovina	Arroz, cenoura e batata sauté	280	991
30 Qua	Melão + manga cortados	72	Alface	Sassami ao molho	Macarrão integral ao alho e óleo	239	793
31 Qui	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, laranja) c/ iogurte	156	Almeirão	Iscas de patinho ao sugo	Polenta cremosa	231	1127
	Médias Semana 5:	105				254	966
Médias Mensais:		113				250	957

Responsável técnico (a): Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103

Quadro técnico: Wagner Kloster Antunes CRN 8 9606

Elaine F. Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8-103

Wagner Kloster Antunes
NUTRICIONISTA
CRN 8-9606

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA (4 A 5 ANOS)

70% DAS NECESSIDADES DIÁRIAS					
CATEGORIA	IDADE	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)
			55% a 65 % do VET	10% a 15% do VET	15 a 35 % do VET
Pré-escola	4-5 anos	945	130 a 154 g	24 a 35 g	26 a 37 g

RECOMENDAÇÕES DO FNDE - conforme Resolução nº 20, de 02/12/2020 que altera a Resolução nº 6, de 8/05/2020

JULHO 2025		ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)
	SEMANA 1	956	141	43	25
	SEMANA 2				
	SEMANA 3				
	SEMANA 4	950	139	44	25
	SEMANA 5	966	134	48	26
	MÉDIA MENSAL	957,2	137,8	45,2	25,3

Responsável técnico (a): Elaine Fernandes Pupo CRN 8 103

Quadro técnico: Wagner Kloster Antunes CRN 8 9606

Elaine F. Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8-103

Wagner Kloster Antunes
NUTRICIONISTA
CRN 8-9606