



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 1 ANO - NOVEMBRO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 03/nov						Terça 04/nov						Quarta 05/nov						Quinta 06/nov						Sexta 07/nov					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Maçã						Leite + Laranja						Leite + Papinha de Manga						Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Maçã					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha						Papinha de: Arroz, Feijão Preto, Carne Moída com Tomate, Vagem + Couve Refogada						Papinha de: Arroz, Feijão Preto, Sobrecoxa de Frango ao Molho com Mandioca e Salada de Beterraba com Cenoura						Papinha de: Arroz, Feijão, Carne em Cubos Cozida, Polenta e Salada de Acelga c/ tomate						Papinha de: Arroz, Feijão, Omelete de Forno com Jardineira + Fruta					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Manga						Leite + Papinha de Banana						Leite + Laranja						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Leite						Leite						Leite						Leite						Leite					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	764	41,9	25,5	94,6	758	2,19	660	36,5	28,1	66,6	737	2,48	726	38,0	26,3	85,2	748	2,03	693	37,6	26,2	78,8	762	2,36	759	30,1	32,7	86,2	805	1,48
Cardápio Data/Horário	Segunda 10/nov						Terça 11/nov						Quarta 12/nov						Quinta 13/nov						Sexta 14/nov					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Banana com aveia						Leite + Papinha de Banana						Leite + Laranja						Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Maçã					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Sobrecoxa com Abobrinha Cheiro Verde						Papinha de: Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas com Couve Refogada						Papinha de: Arroz com Vagem, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Beterraba						Papinha de: Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga						Papinha de: Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Manga						Leite + Melancia						Leite + Laranja						Mingau de Aveia + Banana Picada					
Jantar 15h às 15:30h	Leite						Leite						Leite						Leite						Leite					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	911	39,2	31,9	120,6	768	3,99	776	36,8	25,6	103,0	816	2,23	726	36,4	25,9	88,2	728	2,64	637	31,9	26	70	728	1,60	799	35,8	27,8	105,3	774	3,60

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes do Guia Alimentar para População Brasileira e do Guia Alimentar para menores de 2 anos, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

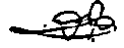
Observação: Por legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

* Cardápio sujeito a alteração

Veneria Sales de O. Neto
Nutricionista
CRN-3 77837

Jéssica Aparecida Aguiar
Nutricionista
CRN-3 88188

CARDÁPIO BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 1 ANO - NOVEMBRO/2025																														
Cardápio Data/Horário	Segunda 17/nov						Terça 18/nov						Quarta 19/nov						Quinta 20/nov						Sexta 21/nov					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Pera						FERIADO						PONTO FACULTATIVO					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Legumes + Feijão						Papinha de: Feijão Preto, Arroz, Iscas Suínas c/ Chuchu e Salada de Alface c/ Tomate						Papinha de: Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho c/ Berinjela + Salada de Alface																	
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Laranja						Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Banana																	
Jantar 15h às 15:30h	Leite						Leite						Leite																	
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe												
	694,055	38,0931	23,3418	83,903	730,394	1,31093	881	35,7	29,8	121,0	822	2,45	759	40,8	24,6	95,7	743	3,39												
Cardápio Data/Horário	Segunda 24/nov						Terça 25/nov						Quarta 26/nov						Quinta 27/nov						Sexta 28/nov					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Pera						Leite + Laranja						Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Pera					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Carne Moída com Chuchu e Tomate						Papinha de: Feijão Preto, Arroz c/ Jardineira, Iscas Suínas e Salada de Tomate						Papinha de: Arroz, Feijão c/ Abóbora, Carne Flocada c/Batata e Salada de Repolho						Papinha de: Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Abóbora Cozida e Salada de Repolho						Papinha de: Arroz, Feijão, Ovos mexidos com Jardineira					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Pera						Leite + Laranja						Mingau de Aveia + Banana Picada					
Jantar 15h às 15:30h	Leite						Leite						Leite						Leite						Leite					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	738,631	36,2572	24,54267	96,0523	732,121	2,65853	697	34,7	29,6	74,9	793	1,72	690	37,2	24,6	81,4	736	2,48	701	39,8	26,4	77,5	732	2,59	685	28,7	30,5	73,3	600	2,54


Simone Sales de O. Gomes
Nutricionista
CRN-3 71837


Tatiana Aguiar de Mendonça
Nutricionista
CRN-3 6880



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO CEI - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 1 ANO A 3 ANOS - NOVEMBRO 2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 03/nov						Terça 04/nov						Quarta 05/nov						Quinta 06/nov						Sexta 07/nov					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Farofa de Ovos						Leite + Torta de Legumes						Pão c/ Requeijão Caseiro + Suco de Polpa					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha						Arroz, Feijão Preto, Carne Moída com Tomate, Vagem + Couve Refogada						Arroz, Feijão Preto, Sobrecoxa de Frango ao Molho com Mandioca e Salada de Beterraba com Cenoura						Arroz, Feijão, Carne em Cubos Cozida, Polenta e Salada de Acelga c/ tomate						Arroz, Feijão, Omelete de Forno com Jardineira + Fruta					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Maçã						Leite + Manga						Leite + Banana						Leite + Laranja						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Purê de Mandioquinha com Carne em Cubos desfiada c/ Tomate e Brócolis Refogado						Risoto de Peito de Frango com Legumes						Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes						Canja de Galinha (Sassami) com Legumes						Risoto de Carne com Legumes (brócolis, inhame, tomate)					
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	849	44,6	36,8	104,4	535	3,72	931	52,2	28,5	113,3	549	4,54	859	53,9	185,1	91,3	586	5,07	895,8906	54,51642	25,45433	98,16085	612,9068	3,013133	999,4196	45,6992	28,84277	139,5536	701,3493	6,6532
Cardápio Data/Horário	Segunda 10/nov						Terça 11/nov						Quarta 12/nov						Quinta 13/nov						Sexta 14/nov					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Farofa de Banana Prata						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Frango						Pão c/ Doce de Banana s/ Açúcar + Suco de Polpa					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Sobrecoxa com Abobrinha Cheiro Verde						Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas com Couve Refogada						Arroz com Vagem, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Beterraba						Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga						Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Maçã						Leite + Manga						Leite + Melancia						Leite + Laranja						Mingau de Aveia + Banana Picada					
Jantar 15h às 15:30h	Macarronada com Almôndega 100% de Carne Bovina e Legumes						Polenta, Feijão, Frango Sassami cozido ao Molho com Brocolis Refogado						Risoto de Peito de Frango com Legumes (brócolis, Abobrinha, tomate)						Purê de Mandioquinha com Carne em Cubos desfiada c/ Tomate e Brócolis Refogado						Sopa de Macarrão c/ Paleta em Tiras e Legumes					
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	863	44,9	31,1	103,2	562	4,14	939	58,8	26,7	118,0	678	3,89	842	51,8	41,3	93,8	542	4,56	853	52,7	31,0	88,2	541	3,65	965,8425	43,7847	20,38363	125,224	670,691	5,284867

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes do Guia Alimentar para População Brasileira e do Guia Alimentar para menores de 2 anos, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Como legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

* Cardápio sujeito a alteração


Vanessa Sales de O. Rom
Nutricionista
CRN-3 77837


Maria Augusta de Oliveira
Coordenadora
CRN-3 08985



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO CEI - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 1 ANO A 3 ANOS - NOVEMBRO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 17/nov						Terça 18/nov						Quarta 19/nov						Quinta 20/nov						Sexta 21/nov					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Ovos mexidos com Tomate						FERIADO						PONTO FACULTATIVO					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Legumes + Feijão						Feijão Preto, Arroz, Iscas Suínas c/ Chuchu e Salada de Alface c/ Tomate						Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho c/ Berinjela + Salada de Alface																	
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Laranja						Leite + Maçã						Leite + Banana																	
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão a bolonhesa rico, Salada de Alface e tomate						Risoto de Frango Sassami com Legumes (Palmito,brócolis, mandioquinha, tomate)						Sopa de Macarrão c/ Carne em Cubos e Legumes (abóbora, Inhame)																	
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe												
Nutricional	887,6783	50,62929	29,21343	104,9288	564,1307	3,665133	952	61,8	29,9	108,6	615	3,17	977	58,8	167,9	114,3	548	6,21												
Cardápio Data/Horário	Segunda 24/nov						Terça 25/nov						Quarta 26/nov						Quinta 27/nov						Sexta 28/nov					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Ovos Mexidos com Cheiro Verde						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Frango						Pão c/ Requeijão Caseiro + Suco de Polpa					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Carne Moída com Chuchu e Tomate						Feijão Preto, Arroz c/ Jardineira, Iscas Suínas e Salada de Tomate						Arroz, Feijão c/ Abóbora, Carne Flocada c/Batata e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Abóbora Cozida e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Ovos mexidos com Jardineira					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana						Leite + Maçã						Leite + Pera						Leite + Laranja						Mingau de Aveia + Banana Picada					
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão c/ Peito de Frango desfiado com Jardineira						Polenta, Farofa de Lentilha, Carne em Cubos com Inhame + Brócolis c/ Tomate						Galinhada (arroz, frango, brócolis, e tomate)						Risoto de Frango com Legumes (brócolis, mandioquinha, tomate)						Sopa de Macarrão c/ Carne em Cubos e Legumes (Batata)					
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	907,1525	51,00163	28,45617	112,0549	522,8549	3,515433	977	57,1	31,2	118,7	617	4,27	933	49,7	43,6	99,9	570	4,95	859	60,3	24,1	98,3	570	3,21	1048	49,5	31,4	141,0	420	6,28

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

* Cardápio sujeito a alteração

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes do Guia Alimentar para População Brasileira e do Guia Alimentar para menores de 2 anos, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Como legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

Vanessa Sales de O. Gomes
Nutricionista
CRN-3 77837

Tereza Aparecida de Jesus
Nutricionista
CRN-3 10948



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA: 3 ANOS A 5 ANOS - NOVEMBRO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 03/nov						Terça 04/nov						Quarta 05/nov						Quinta 06/nov						Sexta 07/nov					
DESJEJUM	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Farofa de Ovos						Leite + Torta de Legumes						Pão c/ Requeijão Caseiro + Suco de Polpa					
REFEIÇÃO	Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha						Arroz, Feijão Preto, Carne Moída com Tomate, Vagem + Couve Refogada						Arroz, Feijão Preto, Sobrecoxa de Frango ao Molho com Mandioca e Salada de Beterraba com Cenoura						Arroz, Feijão, Carne em Cubos Cozida, Polenta e Salada de Acelga c/ tomate						Arroz, Feijão, Omelete de Forno com Jardineira + Fruta					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	532,008	36,9744	12,9907	65,812	277,395	2,86203	622,189	34,3364	19,0997	78,1977	288,768	3,77973	611,558	34,858	13,7614	65,6522	326,137	3,0724	523,746	33,1541	17,5967	56,3838	284,491	2,3626	630,912	21,1509	14,8937	96,5823	425,467	6,9241
Cardápio Data/Horário	Segunda 10/nov						Terça 11/nov						Quarta 12/nov						Quinta 13/nov						Sexta 14/nov					
DESJEJUM	Leite + Farofa de Banana Prata						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Frango						Pão c/ Doce de Banana s/ Açúcar + Suco de Polpa					
REFEIÇÃO	Macarronada com Almôndega 100% de Carne Bovina e Legumes						Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas com Couve Refogada						Arroz com Vagem, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Beterraba						Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga						Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	542,217	28,8122	15,4612	73,0416	289,383	2,48067	662,543	40,226	18,6879	84,6507	422,243	3,0884	566,387	37,4398	34,3934	53,6837	290,846	4,6394	632,627	40,6722	21,1188	67,5196	289,891	3,03053	516,991	20,6324	6,73323	66,6193	400,379	3,9903
Cardápio Data/Horário	Segunda 17/nov						Terça 18/nov						Quarta 19/nov						Quinta 20/nov						Sexta 21/nov					
DESJEJUM	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Ovos mexidos com Tomate						FERIADO						PONTO FACULTATIVO					
REFEIÇÃO	Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Legumes + Feijão						Feijão Preto, Arroz, Iscas Suínas c/ Chuchu c/ + Salada de Tomate c/ Alface						Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho c/ Berinjela + Salada de Alface																	
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe												
	558	34,8386	13,6294	70,7404	305,924	2,75647	628,565	35,4539	18,7295	80,1306	359,034	2,782	608,56	37,7991	227,007	67,4164	308,217	4,55913												
Cardápio Data/Horário	Segunda 24/nov						Terça 25/nov						Quarta 26/nov						Quinta 27/nov						Sexta 28/nov					
DESJEJUM	Leite + Ovos Mexidos com Cheiro Verde						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Frango						Pão c/ Requeijão Caseiro + Suco de Polpa					
REFEIÇÃO	Macarrão, Feijão, Carne Moída com Chuchu e Tomate						Feijão Preto, Arroz c/ Jardineira, Iscas Suínas e Salada de Tomate						Arroz, Feijão c/ Abóbora, Carne Flocada c/ Batata e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Abóbora Cozida e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Ovos mexidos com Jardineira					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	477,423	26,3777	17,1179	53,6612	276,689	2,56617	559,277	32,906	18,4472	66,1106	346,369	2,17273	516,046	27,1085	32,8753	56,3777	301,383	4,24287	503,436	37,5479	13,6793	56,1823	281,686	2,5766	520,393	18,7176	19,4635	65,0841	205,762	2,8281

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

* Cardápio sujeito a alteração

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes da Guia Alimentar para População Brasileira e, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Por legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

Vaneza Salazar de A. Gomes
Nutricionista
CRN-3 71837

Maria Aparecida Pereira
Nutricionista
CRN-3 19915

CARDÁPIO DESJEJUM - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS - NOVEMBRO/2025

Cardápio Data	Segunda 03/nov						Terça 04/nov						Quarta 05/nov						Quinta 06/nov						Sexta 07/nov					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						SUCO DE POLPA + BOLO DE FUBÁ S/ COBERTURA						CANJICA + FRUTA						PÃO C/ REQUEIJÃO CASEIRO + SUCO DE POLPA					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
Nutricional	375,36	14,18	15,45	34,5	369,72	0,65	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	342,2	4,69	12,81	52,54	93,14	0,7	410,59	8,2	3,82	89,96	130,42	0,44	410,59	8,2	3,82	89,96	130,42	0,44
Cardápio Data	Segunda 10/nov						Terça 11/nov						Quarta 12/nov						Quinta 13/nov						Sexta 14/nov					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						SUCO DE POLPA + PÃO DE QUEIJO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						PÃO C/ DOCE DE BANANA S/ AÇÚCAR + SUCO DE POLPA					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
Nutricional	375,36	14,18	15,45	34,5	369,72	0,65	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	342,2	4,69	12,81	52,54	93,14	0,7	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	358	11,09	15,83	43	194	1,6
Cardápio Data	Segunda 17/nov						Terça 18/nov						Quarta 19/nov						Quinta 20/nov						Sexta 21/nov					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						SUCO DE POLPA + BOLO DE FUBÁ S/ COBERTURA						FERIADO						PONTO FACULTATIVO					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)												
Nutricional	375,36	14,18	15,45	34,5	369,72	0,65	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	342,2	4,69	12,81	52,54	93,14	0,7												
Cardápio Data	Segunda 24/nov						Terça 25/nov						Quarta 26/nov						Quinta 27/nov						Sexta 28/nov					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						SUCO DE POLPA + BOLO DE FUBÁ S/ COBERTURA						CANJICA + FRUTA						PÃO C/ REQUEIJÃO CASEIRO + SUCO DE POLPA					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
Nutricional	375,36	14,18	15,45	34,5	369,72	0,65	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	342,2	4,69	12,81	52,54	93,14	0,7	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	410,59	8,2	3,82	89,96	130,42	0,44

Incentivar o consumo de água às crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020.

* Cardápio sujeito a alteração

Vitoria Sales de O. Silva
Nutricionista
CRN-3 77837

Tais Almeida
Nutricionista
CRN-3 10000

CARDÁPIO REFEIÇÃO - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS - NOVEMBRO/2025

Cardápio Data	Segunda 03/nov						Terça 04/nov						Quarta 05/nov						Quinta 06/nov						Sexta 07/nov					
Refeição	RISOTO DE ATUM + SALADA DE TOMATE						ARROZ, FEIJÃO PRETO, ISCA SUÍNA (LOMBO) COM CHEIRO VERDE E LEGUMES (ACELGA, CENOURA, TOMATE E ABOBRINHA)						ARROZ, FEIJÃO PRETO, PEITO DE FRANGO COZIDO AO MOLHO COM MANDIOCA E SALADA DE BETERRABA C/ CENOURA						ARROZ, FEIJÃO, CARNE FLOCADA COM VAGEM, POLENTA E COUVE REFOGADA						ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM LEGUMES + FRUTA					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	381,62	31,48	5,58	51,91	24,56	0,92	421,36	22,43	10,26	59,44	105,38	2,84	421,36	22,436	10,26	59,44	105,38	2,84	467,63	32,81	8,69	62,29	52,92	3,01	467,63	32,81	8,69	62,29	52,92	3,01
Cardápio Data	Segunda 10/nov						Terça 11/nov						Quarta 12/nov						Quinta 13/nov						Sexta 14/nov					
Refeição	MACARRONADA COM ALMÔNDEGA 100% DE CARNE BOVINA E LEGUMES						ARROZ, FEIJÃO PRETO, ISCAS SUÍNAS (LOMBO) E COUVE REFOGADA						ARROZ, FEIJÃO PRETO, ISCAS DE PATINHO COM MANDIOCA, E SALADA DE BETERRABA						ARROZ, ESTROGONOFÉ DE FRANGO SASSAMI C/ CALDO DE INHAME, FEIJÃO E SALADA DE TOMATE C/ ACELGA						FEIJÃO, ARROZ, CARNE MOÍDA C/ LEGUMES + POLENTA					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	467,63	32,81	8,69	62,2	52,92	3,016	401,37	26,49	6,56	57,51	56,43	2,8	401,37	26,49	6,56	57,51	56,43	2,8	354,37	18,83	8,75	48,59	46,82	1,58	432,86	20,27	10,6	63,09	101,83	2,97
Cardápio Data	Segunda 17/nov						Terça 18/nov						Quarta 19/nov						Quinta 20/nov						Sexta 21/nov					
Refeição	MACARRÃO A BOLONHESA						ARROZ, FEIJÃO PRETO, ISCA SUÍNA (LOMBO) COM CHEIRO VERDE E LEGUMES (TOMATE E CHUCHU) + SALADA DE ALFACE						ARROZ, FEIJÃO PRETO, SOBRECOXA DE FRANGO COZIDO C/ CALDO DE INHAME, CHEIRO VERDE E SALADA DE ALFACE						FERIADO						PONTO FACULTATIVO					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)												
	413,1	27,44	3,65	63,88	24,2	1,72	511,37	17,53	11,66	82,76	66,88	2,18	451,35	32,62	9,01	58,36	49,49	3,61												
Cardápio Data	Segunda 24/nov						Terça 25/nov						Quarta 26/nov						Quinta 27/nov						Sexta 28/nov					
Refeição	MACARRÃO AO SUGO C/ PEITO DE FRANGO DESFIADO COM ABÓBORA						ARROZ, FEIJÃO PRETO, ISCA SUÍNA (LOMBO) COM CHEIRO VERDE E LEGUMES (TOMATE, PALMITO E BERINJELA)						ARROZ, FEIJÃO PRETO, SOBRECOXA COZIDA AO MOLHO C/ BATATA + SALADA DE TOMATE E REPOLHO						ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE PATINHO C/ ABÓBORA COZIDA E SALADA DE REPOLHO						ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM CHUCHU E LEGUMES					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	413,1	27,44	3,65	63,88	24,2	1,72	511,37	17,53	11,66	82,76	66,88	2,18	451,35	32,62	9,01	58,36	49,49	3,61	490,39	32,27	12,8	63,75	31,54	2,92	421,3	26,82	7,25	58,97	25,45	1,31

Obs. Como Salada compreende-se as opções de Hortaliças dispostas no cardápio ao longo da semana.

Obs. Como LEGUMES compreende-se as opções dispostas no cardápio ao longo da semana.

* Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020.

* Cardápio sujeito a alteração

Vinícius João de O. Silva
Nutricionista
CRM-3 71837

Thais Ribeiro de A. Silva
Nutricionista
CRM-3 69115

CARDÁPIO REFEIÇÃO VEGETARIANA - NOVEMBRO/2025

Cardápio Data	Segunda 03/nov						Terça 04/nov						Quarta 05/nov						Quinta 06/nov						Sexta 07/nov					
Refeição	SALADA DE TOMATE + RISOTO DE LEGUMES						COUVE REFOGADA + FEIJÃO PRETO + ARROZ + FAROFA DE BANANA						BETERRABA C/ CENOURA + ARROZ, FEIJÃO PRETO + MANDIOQ. COZ.						SALADA DE ACELGA C/ TOMATE, FEIJÃO, ARROZ C/ VAGEM +						ARROZ / FEIJÃO + OMELETE DE FORNO C/ LEGUMES + Fruta					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	270	10,9	3,7	51,5	54,3	1,0	299	6,1	2,5	61,8	30,9	0,4	328	8,4	2,9	64,0	44,4	1,3	390	8,5	3,1	82,8	29,8	0,8	525	16,0	18,3	72,6	102,76	2,9
Cardápio Data	Segunda 10/nov						Terça 11/nov						Quarta 12/nov						Quinta 13/nov						Sexta 14/nov					
Refeição	MACARRONADA COM JARDINEIRA						COUVE REFOGADA + FEIJÃO PRETO ARROZ + FAROFA DE LENTILHA						SALADA DE BETERRABA + ARROZ / FEIJÃO PRETO/ MANDIOCA COZ.						SALADA DE TOMATE C/ ACELGA ARROZ/FEIJÃO/INHAME COZ.						MEXIDÃO DE ARROZ C/ OVOS, FEIJÃO E LEGUMES + SALADA DE CENOURA COM TOMATE					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	264	10,8	1,6	54,2	36,4	0,9	393	8,5	3,1	83,2	35,4	0,7	329	8,7	3,4	66,6	57,6	1,3	298	4,4	2,5	64,5	26,6	0,2	526	16,0	18,2	72,7	101,2	2,9
Cardápio Data	Segunda 17/nov						Terça 18/nov						Quarta 19/nov						Quinta 20/nov						Sexta 21/nov					
Refeição	MACARRONADA COM LEGUMES						COUVE REFOGADA + FEIJÃO PRETO ARROZ + SALADA ALFACE/TOMATE						SALADA DE TOMATE C/ ALFACE + ARROZ/FEIJÃO PRETO/INHAME COZ.						FERIADO						PONTO FACULTATIVO					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)												
	264	10,8	1,6	54,2	36,4	0,9	399	8,6	3,6	84,0	29,6	0,9	299	8,9	2,9	59,2	52,4	1,5												
Cardápio Data	Segunda 24/nov						Terça 25/nov						Quarta 26/nov						Quinta 27/nov						Sexta 28/nov					
Refeição	MACARRONADA COM BRÓCOLIS						COUVE REFOGADA + FEIJÃO PRETO ARROZ + FAROFA DE LENTILHA						SALADA DE TOMATE C/ REPOLHO + ARROZ/FEIJÃO PRETO/ BATATA COZ.						SOPA DE FEIJÃO C/ ABÓBORA, REPOLHO + FRUTA						ARROZ / FEIJÃO + OVOS MEXIDOS COM CHUCHU, LEGUMES E SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	264	10,8	1,6	54,2	36,4	0,9	399	8,6	3,6	84,0	29,6	0,9	299	8,9	2,9	59,2	52,4	1,5	380,02	11,38	4,25	77,58	92,94	2,97	298	6,1	2,5	61,6	30,6	0,4

Vanessa Sales de O. Silva
Nutricionista
CRN-3 77837

Thaís Alves M. Henriques
Nutricionista
CRN-3 88165



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO PROGRAMA DE ENSINO INTEGRAL (PEI) - FUNDAMENTAL - FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS - NOVEMBRO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 03/nov						Terça 04/nov						Quarta 05/nov						Quinta 06/nov						Sexta 07/nov					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito de Cacau Integral						Leite com Cacau + Quibe de forno com Legumes						Suco de Polpa + Bolo de Fubá s/ Cobertura						Chá + Torta de Legumes						Pão c/ Requeijão Caseiro + Suco de Polpa					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Canjica						Pipoca + Banana						Laranja						Banana						Arroz, Feijão, Omelete de Forno com Legumes + Fruta					
Almoço 11h às 12h	Risoto de Atum + Salada de Tomate						Arroz, Feijão Preto, Isca Suína (Lombo) Com Cheiro Verde E Legumes (Acelga, Cenoura, Tomate E Abobrinha)						Arroz, Feijão Preto, Peito de Frango Cozido ao Molho com Mandioca e Salada de Beterraba com Cenoura						Arroz, Feijão, Carne Flocada com Vagem, Polenta e Couve Refogada						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarronada de Peito de Frango						Risoto de Sobrecoxa de Frango com Inhame e Legumes						Sopa de Macarrão c/ Carne em Cubos e Legumes						Canja de Galinha (Sassami) com Legumes											
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	1173	60,9	27,5	158,7	356	5,66	1206	55,6	31,6	163,6	401	3,41	1281	76,7	27,7	168,8	382	5,96	1151,47	60,3	26,34	168,87	322,8	4,08	846,02	29,01986	13,10993	151,5544	261,0654	4,467733
Cardápio Data/Horário	Segunda 10/nov						Terça 11/nov						Quarta 12/nov						Quinta 13/nov						Sexta 14/nov					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito de Cacau Integral						Canjica						Suco de Polpa + Bolo de Fubá s/ Cobertura						Chá + Quibe de forno com Legumes						Pão c/ Doce de Banana s/ Açúcar + Suco de Polpa					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Laranja						Maçã						Melancia						Suco de Polpa + Pão de Queijo						Feijão, Arroz, Carne Moída c/ Legumes + Polenta					
Almoço 11h às 12h	Arroz com Vagem, Feijão, Sobrecoxa com Cheiro Verde e Abobrinha refogada						Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas e Couve Refogada						Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca e Salada de Beterraba						Arroz, Estrogonofe de Frango Sassami c/ caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga + Maçã						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarronada com Almôndega 100% de Carne Bovina e Legumes						Canja de Galinha (Peito) com Legumes						Risoto de Frango Sassami com Legumes						Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes											
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	1230	53,8	37,8	157,8	359	4,53	1174	53,8	29,0	163,8	330	3,57	1158	55,4	25,4	166,2	327	5,91	1091	49,5	20,7	176,6	110	5,50	672	25,0	15,4	99,5	231	2,47

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Observação: Como legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

* Cardápio sujeito a alteração

Secretaria Municipal de Educação
Juquía - RJ
CPN-37851

Secretaria Municipal de Educação
Juquía - RJ
CPN-37851

CARDÁPIO PROGRAMA DE ENSINO INTEGRAL (PEI) - FUNDAMENTAL - FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS - NOVEMBRO/2025																														
Cardápio Data/Horário	Segunda 17/out						Terça 18/nov						Quarta 19/nov						Quinta 20/nov						Sexta 21/nov					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Pão de Mel						Canjica						Suco de Polpa + Bolo de Fubá s/ Cobertura						FERIADO						PONTO FACULTATIVO					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Canjica						Banana						Banana																	
Almoço 11h às 12h	Risoto de Atum + Salada de Tomate com Palmito						Feijão Preto, Arroz, Farofa de Isclas Suínas, Salada de Tomate c/ Alface						Arroz, Feijão Preto, Sobrecoxa de Frango Cozido c/ Caldo de Inhame, Cheiro Verde e Salada de Alface																	
Jantar 15h às 16h	Macarrão ao Sugo c/ Peito de Frango Desfiado com Legumes						Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes						Sopa de Feijão com caldo de Abóbora, Carne em Cubos e Legumes																	
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe												
Nutricional	1133	60,8	25,4	153,1	312	4,71	1227,43	49,29	38,29	160,6	366,74	4,64	1151,51	69,3	26,9	146,81	360,97	6,1												
Cardápio Data/Horário	Segunda 24/nov						Terça 25/nov						Quarta 26/nov						Quinta 27/nov						Sexta 28/nov					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito de Cacau Integral						Canjica						Suco de Polpa + Bolo de Fubá s/ Cobertura						Chá + Quibe de forno com Legumes						Pão c/ Requeijão Caseiro + Suco de Polpa					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Laranja						Pipoca + Maçã						Laranja						Maçã						Arroz, Feijão, Ovos mexidos com Chuchu e Legumes					
Almoço 11h às 12h	Arroz, Feijão, Carne Moída com Beringela e Cheiro Verde						Arroz, Feijão Preto, Isca Suína (Lombo) Com Cheiro Verde E Legumes (Repolho, Chuchu e Tomate)						Arroz, Feijão Preto, Frango Sobrecoxa Cozido ao Molho c/ Batata + Salada de Tomate e Repolho						Arroz, Feijão, Isclas de Patinho c/ Abóbora Cozida e Salada de Tomate e Repolho						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarrão ao Sugo c/ Peito de Frango Desfiado com Legumes						Sopa de Macarrão c/ Carne Flocada e Legumes						Sopa de Feijão com Carne em Cubos e Legumes						Galinhada											
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	1132	61,3	26,7	149,8	303	5,26	1227,43	49,29	38,29	160,6	366,74	4,64	1151,51	69,3	26,9	146,81	360,97	6,1	1186,00	65,9	28,15	157,55	307,82	3,97	716,65	22,3	8,7	138,52	92	3,71

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes do Guia Alimentar para População Brasileira, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Como legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

* Cardápio sujeito a alteração


Vanessa Sales de O. Lopes
 Nutricionista
 CRN-3 77837


Tais Almeida Mendes
 Nutricionista
 CRN-3 88985



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO CAES - NOVEMBRO/2025

Cardápio Data	Segunda 03/nov						Terça 04/nov						Quarta 05/nov						Quinta 06/nov						Sexta 07/nov					
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Requeijão Caseiro						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Requeijão Caseiro											
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	405,73	11,85	14,97	47,05	274,81	0,66	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48	404	7,3	12,87	66,4	22	1,69						
Cardápio Data	Segunda 10/nov						Terça 11/nov						Quarta 12/nov						Quinta 13/nov						Sexta 14/nov					
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Doce de Banana						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Doce de Banana											
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	405,73	11,85	14,97	47,05	274,81	0,66	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48	449,77	12,33	15,92	68,05	202,02	2,06						
Cardápio Data	Segunda 17/nov						Terça 18/nov						Quarta 19/nov						Quinta 20/nov						Sexta 21/nov					
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Banana + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						FERIADO						PONTO FACULTATIVO					
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Banana + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta																	
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe												
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	459	12,5	11,8	66,9	263	0,95	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48												
Cardápio Data	Segunda 24/nov						Terça 25/nov						Quarta 26/nov						Quinta 27/nov						Sexta 28/nov					
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Requeijão Caseiro						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Requeijão Caseiro											
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	405,73	11,85	14,97	47,05	274,81	0,66	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48	449,77	12,33	15,92	68,05	202,02	2,06						

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Vânia Sáez de O. Gomes
Nutricionista
CRN-3 77837

Priscila Mendes
Nutricionista
CRN-3 6966