

CARDÁPIO ALICERCE – SETEMBRO 2025



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SEMANA 01/09 a 05/09	Bolo de Cenoura	logurte Natural com Maçã	Pão de Queijo	Pipoca	Vitamina de Banana e Mamão
Composição Nutricional (Média Semanal)		ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)
Infantil	4-5 anos	185	26	3	9
Fundamental	6-10 anos	225	31	4	10
SEMANA 08/09 a 12/09	Bolacha Caseira	Leite com Banana	Pão com Pasta de Grão de Bico	Leite com Morango	Pão Caseiro/Café
Composição Nutricional (Média Semanal)		ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)
Infantil	4-5 anos	146	23	4	4
Fundamental	6-10 anos	178	28	5	5
SEMANA 15/09 a 19/09	Leite com Cacau	Bolo de Banana	Leite com Maracujá	Pão com Queijo e Tomate	Vitamina de Banana com Aveia
Composição Nutricional (Média Semanal)		ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)
Infantil	4-5 anos	158	25	4	5
Fundamental	6-10 anos	193	30	5	6
SEMANA 22/09 a 26/09	Café/Biscoito de Polvilho Caseiro	Melancia	Leite com Banana	Pão de Leite	Salada de Frutas
Composição Nutricional (Média Semanal)		ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)
Infantil	4-5 anos	112	16	3	4
Fundamental	6-10 anos	137	20	4	5
SEMANA 29/09 a 03/10	Leite com Café	Pão de Batata	Leite com Maçã	Virado de Banana	logurte com Mamão
Composição Nutricional (Média Semanal)		ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)
Infantil	4-5 anos	146	20	4	4
Fundamental	6-10 anos	178	22	5	5

ATENÇÃO: Cardápio sujeito à alterações de acordo com a entrega de nossos fornecedores. Alterações devem ser informadas para as nutricionistas responsáveis.

IMPORTANTE: Usar primeiro as frutas e legumes que perdem mais rápido.

Helena Cristina Lopes
Nutricionista
CRN-13817

Renata Franco Barrosa
Nutricionista
CRN-1308