



CARDÁPIO ALICERCE – OUTUBRO 2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
SEMANA 06/10 a 10/10	Bolo de Cenoura	Pão Doce	Iogurte Caseiro com Morango	Enroladinho de queijo	Bolo de Chocolate
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 13/10 a 17/10	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
Composição Nutricional (Média Semanal)		ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)
Infantil	4-5 anos				
Fundamental	6-10 anos				
SEMANA 20/10 a 24/10	Bolo de Fubá	Biscoito de Forno/Leite com Maracujá	Pão de Batata	Rosquinha Caseira	Leite com Banana
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 27/10 a 31/10	Café/Biscoito de Polvilho Caseiro	Vitamina de Mamão com Laranja	Mingau de Aveia com Maçã	Pão de Leite	Virado de Banana
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

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.

W
Helen Cristina Lopes
Nutricionista
CRN-13812

Ketaria Fradeo Barroso
Nutricionista
CRN- 1308