



Cardápio Escola Pref. Francisco da S. Leal Novembro /2025



1º Semana	Segunda-feira(03)	Terça- feira(04)	Quarta- feira(05)	Quinta-feira(06)	Sexta-feira(07)
Matutino	Arroz Feijão Ovo Mexido Salada / Legumes	Arroz Feijão Frango ao molho Salada / Legumes	Arroz Feijão Carne de Panela Salada/ Legumes Fruta	Arroz Feijão Carne suína cozida Salada/ Legumes	Arroz temperado (frango, cenoura, vagem) Salada/ Legumes Fruta
Vespertino	Arroz Feijão Ovo Mexido Salada / Legumes	Arroz Feijão Frango ao molho Salada / Legumes	Suco Polpa de Frutas Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Carne suína cozida Salada/ Legumes	Leite c/ polpa de frutas Bolo simples Fruta

Cardápio sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturidade e/ou prazo de validade) trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição. **Alérgicos a proteína do leite- substituir leite e derivados por leite de soja, chá e margarina sem leite**

Intolerantes a lactose- servir leite 0 lactose, margarina/ requeijão 0 lactose

Composição Nutricional do Cardápio (Média Nutricional)			
Energia	Proteína	Carboidrato	Lipídio
361,58 kcal	16 g	55g	72,48g

Fernanda Rocha Pelissari
Nutricionista CRN8-4573



Cardápio Escola Prof. Francisco da S. Leal Novembro /2025



2ª Semana	Segunda- feira(10)	Terça- feira(11)	Quarta-feira(12)	Quinta- feira(13)	Sexta- feira(14)
Matutino	Arroz Feijão Ovo Mexido Salada/ Legumes	Arroz Feijão Frango ao molho Salada/ legumes	Macarrão ao molho com carne moída Salada/ Legumes Fruta	Arroz Temperado (carne suína, cenoura, vagem) Salada/ Legumes	FERIADO
Vespertino	Arroz Feijão Ovo Mexido Salada/Legumes	Arroz Feijão Frango ao molho Salada/legumes Fruta	Suco polpa de frutas Pão c/ requeijão Fruta	Arroz Temperado (carne suína, cenoura, vagem) Salada/ Legumes	

Cardápio sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturidade e/ou prazo de validade) trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição.

Alérgicos a proteína do leite- substituir leite e derivados por leite de soja, chá e margarina sem leite
Intolerantes a lactose- servir leite 0 lactose, margarina/ requeijão 0 lactose

Composição Nutricional do Cardápio (Média Nutricional)			
Energia	Proteína	Carboidrato	Lipídio
330 kcal	18,6 g	47,80g	7,17g



Cardápio Escola Prof. Francisco da S. Leal Novembro /2025



3º Semana	Segunda-feira(17)	Terça- feira(18)	Quarta- feira(19)	Quinta-feira(20)	Sexta-feira(21)
Matutino	Arroz Feijão Ovo mexido Salada/Legumes	Arroz Feijão Carne suína Salada / Legumes	Arroz Feijão Polenta cremosa Frango cozido Salada/ Legumes Fruta	FERIADO	RECESSO ESCOLAR
Vespertino	Arroz Feijão Ovo mexido Salada/Legumes	Arroz Feijão Carne suína Salada / Legumes Fruta	Suco Polpa de Frutas Pão com requeijão Fruta		

Cardápio sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturidade e/ou prazo de validade) trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição.

Alérgicos a proteína do leite- substituir leite e derivados por leite de soja, chá e margarina sem leite
Intolerantes a lactose- servir leite 0 lactose, margarina/ requeijão 0 lactose

Composição Nutricional do Cardápio (Média Nutricional)			
Energia	Proteína	Carboidrato	Lipídio
330 kcal	18,6 g	47,80g	7,17g



Cardápio Escola Prof. Francisco da S. Leal Novembro /2025



4º Semana	Segunda-feira(24)	Terça- feira(25)	Quarta- feira(26)	Quinta-feira(27)	Sexta-feira(28)
Matutino	Arroz Feijão Ovo mexido Salada/Legumes	Arroz Feijão Carne de panela c/ batata Salada	Macarrão ao molho com frango Frango cozido Salada/ Legumes Fruta	Arroz temperado (carne suína, cenoura, vagem) Salada/ Legumes	Arroz Feijão Frango ao molho Salada/ Legumes Fruta
Vespertino	Arroz Feijão Ovo mexido Salada/Legumes	Arroz Feijão Carne de panela c/ batata Salada	Suco Polpa de Frutas Pão com manteiga Fruta	Arroz temperado (carne suína, cenoura, vagem) Salada/ Legumes	Leite c/ achocolatado Bolo simples Fruta

Cardápio sujeito a alterações pela disponibilidade do alimento, intercorrências na entrega pelo fornecedor e melhor aproveitamento dos alimentos (grau de maturidade e/ou prazo de validade) trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo, não alterando significativamente a composição nutricional da refeição.

Alérgicos a proteína do leite- substituir leite e derivados por leite de soja, chá e margarina sem leite
Intolerantes a lactose- servir leite 0 lactose, margarina/ requeijão 0 lactose

Composição Nutricional do Cardápio (Média Nutricional)			
Energia	Proteína	Carboidrato	Lipídio
414,35 kcal	18g	61g	11g