

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPITÃO LEONIDAS MARQUES
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO/DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTA de CARDÁPIO DEZEMBRO DE 2025 - ESCOLAS DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO
EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL- ZONA URBANA E RURAL/ PERÍODO PARCIAL - DM

S 01	T 02	Q 03	Q 04	S 05
Macarronada, beterraba ralada e salada de acelga. Pêssego	Polenta, tilápia ao molho de leite de coco, brócolis e salada de repolho	Pão sem açúcar com legumes com requeijão caseiro e suco natural sem açúcar. Melão	Arroz, feijão, carne suína, quiabo refogado e salada de alface com tomate	Pizza da vitória. Suco natural sem açúcar. Morango
08	09	10	11	12
Arroz, feijão, carne moída refogada com milho e cenoura. Salada de folhas verdes. Melão	Mandioca cozida, carne suína, vagem cozida, salada de rúcula com tomate	Torta salgada de frango com legumes e salada de rúcula. Uva	Farofa marroquina e alface. Banana	Pão de milho sem açúcar com doce diet e suco cremoso de morango sem açúcar
15	16	17	18	19
Risoto, salada de grão de bico e de cenoura. Salada de folhas verdes. Uva	Sanduíche (pão sem açúcar, patê de frango e queijo) e suco natural sem açúcar. Melancia	Feijoada, farofa com ovos, abobrinha e salada de folhas verdes	Canjica com adoçante e uva	<u>Férias</u>
16	17	18	19	20
<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>

OBS: O cardápio da semana só poderá ser alterado se comunicado com antecedência e autorizado pela Divisão de Alimentação Escolar, através do Registro de Alteração de cardápio. As frutas da época poderão ser acrescentadas em qualquer dia do cardápio. Os tipos de frutas podem sofrer alterações, assim como as saladas e legumes.

Composição nutricional	Faixa etária/ Período parcial	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio (mg)
			(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	
	4 a 5 anos	268,48	8,66	36,05	13,66	7,00	65,09	24,33	43	172,71	64,00	333,77
	6 a 10 anos	327,54	11,33	45,47	14,00	8,66	80,50	24,34	52	208,06	63,66	424,19

Élister Lílian Brum Balestrin Fanin
CRN 3650
Nutricionista