

### CARDÁPIO EMEI – PRÉ ESCOLA (3 A 5 ANOS) – NOVEMBRO 2025

| DATA                 | Segunda-feira<br>03/11/25                                      | Terça-feira<br>04/11/25                                                     | Quarta-feira<br>05/11/25                                                  | Quinta-feira<br>06/11/25                                                                  | Sexta-feira<br>07/11/25                                                                               |
|----------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b> | Leite com chocolate<br>Pão francês com manteiga                | Leite com chocolate<br>Biscoito amanteigado sabor leite                     | Leite com chocolate<br>Biscoito maisena                                   | Leite com chocolate<br>Biscoito amanteigado sabor chocolate                               | Leite com chocolate<br>Pão francês com manteiga                                                       |
| <b>ALMOÇO</b>        | Arroz/Feijão carioca<br>Sobrecoxa refogada<br>Abóbora refogada | Arroz/Feijão carioca<br>Carne de panela (acém) com batata doce<br>Nectarina | Arroz/Feijão carioca<br>Lombo refogado com pimentão<br>Salada de escarola | Arroz/Feijão carioca<br>Peito de frango refogado<br>Salada de beterraba cozida<br>Pêssego | Arroz/Feijão carioca<br>Carne de panela (músculo)<br>Salada de berinjela assada com cebola e pimentão |
| <b>CAFÉ DA TARDE</b> | Leite com chocolate<br>Pão francês com manteiga                | Leite com chocolate<br>Biscoito amanteigado sabor leite                     | Leite com chocolate<br>Biscoito maisena                                   | Leite com chocolate<br>Biscoito amanteigado sabor chocolate                               | Leite com chocolate<br>Pão francês com manteiga                                                       |

| VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA |                |              |              |                 |
|----------------------------------------------------------------|----------------|--------------|--------------|-----------------|
| Ensino /<br>Faixa Etária                                       | Energia (Kcal) | Proteína (g) | Lípidios (g) | Carboidrato (g) |
| <b>PRÉ ESCOLA<br/>(DE 3 A 5 ANOS)</b>                          | <b>464</b>     | <b>18</b>    | <b>15,8</b>  | <b>62,9</b>     |

### CARDÁPIO EMEI – PRÉ ESCOLA (3 A 5 ANOS) – RESTRIÇÃO AO LEITE DE VACA – NOVEMBRO 2025

| DATA                 | Segunda-feira<br>03/11/25                                      | Terça-feira<br>04/11/25                                                     | Quarta-feira<br>05/11/25                                                  | Quinta-feira<br>06/11/25                                                                  | Sexta-feira<br>07/11/25                                                                               |
|----------------------|----------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b> | Bebida vegetal<br>Pão francês com creme vegetal                | Suco de uva integral<br>Biscoito maisena sem leite                          | Bebida vegetal<br>Biscoito de arroz                                       | Suco de uva integral<br>Biscoito maisena sem leite                                        | Bebida vegetal<br>Pão francês com creme vegetal                                                       |
| <b>ALMOÇO</b>        | Arroz/Feijão carioca<br>Sobrecoxa refogada<br>Abóbora refogada | Arroz/Feijão carioca<br>Carne de panela (acém) com batata doce<br>Nectarina | Arroz/Feijão carioca<br>Lombo refogado com pimentão<br>Salada de escarola | Arroz/Feijão carioca<br>Peito de frango refogado<br>Salada de beterraba cozida<br>Pêssego | Arroz/Feijão carioca<br>Carne de panela (músculo)<br>Salada de berinjela assada com cebola e pimentão |
| <b>CAFÉ DA TARDE</b> | Bebida vegetal<br>Pão francês com creme vegetal                | Suco de uva integral<br>Biscoito maisena sem leite                          | Bebida vegetal<br>Biscoito de arroz                                       | Suco de uva integral<br>Biscoito maisena sem leite                                        | Bebida vegetal<br>Pão francês com creme vegetal                                                       |

\*Cardápio sujeito a alterações

| VALOR NUTRICIONAL DO CARDÁPIO (MÉDIA SEMANAL) POR FAIXA ETÁRIA |                |              |              |                 |
|----------------------------------------------------------------|----------------|--------------|--------------|-----------------|
| Ensino /<br>Faixa Etária                                       | Energia (Kcal) | Proteína (g) | Lípidios (g) | Carboidrato (g) |
| <b>PRÉ ESCOLA<br/>(DE 3 A 5 ANOS)</b>                          | <b>536,8</b>   | <b>15,5</b>  | <b>14,4</b>  | <b>70,7</b>     |

Felipe Xavier Manfra  
CRN-3: 31328  
Nutricionista