

1ª Semana		1/Jul (Ter)	2/Jul (Qua)	3/Jul (Qui)	4/Jul (Sex)	Observação
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL		Alface Salada Arroz parboilizado cozido CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA	CHÁ FAROFA DE OVO BANANA	Polenta com frango Alface Salada	CAFÉ COM LEITE BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE MAÇA	
2ª Semana	7/Jul (Seg)	8/Jul (Ter)	9/Jul (Qua)	10/Jul (Qui)	11/Jul (Sex)	Observação
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	sopa 3 (feijao, beterraba, espinafre, macarrao para fuso, ovo)	SALADA DE TOMATE COM CEBOLA MAÇA ARROZ NUTRITIVO COM FRANGO (CENOURA /	CAFÉ COM LEITE Pão com carne moída BANANA			
5ª Semana	28/Jul (Seg)	29/Jul (Ter)	30/Jul (Qua)	31/Jul (Qui)		
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MOÍDA, CEBOLA, MACARRÃO, COUVE, CENOURA, FEIJÃO)	CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA MAÇA Arroz parboilizado cozido Feijão cozido	CHÁ BISCOITO CASEIRO (AF) BANANA	CAFÉ COM LEITE Pão com ovo mexido		

Cardápio sujeito a alteração

Total de Macros e Micros Nutrientes - Média Semanal

Calorias kcal	Carboidratos g	Proteínas g	Lípidios g	
505.66	87.63 75 %	18.78 16 %	8.96 7 %	



Município de Rebouças

Cardápio : PLANEJAMENTO CARDÁPIO FUNDAMENTAL - JULHO 2025

5ª Semana	28/Jul (Seg)	29/Jul (Ter)	30/Jul (Qua)	31/Jul (Qui)		
Nutricionista(s)						
Idiobara Juliane Brandt						