

1ª Semana	1/Set (Seg)	2/Set (Ter)	3/Set (Qua)	4/Set (Qui)	5/Set (Sex)	Observação
12:00 - ALMOÇO INTEGRAL	Feijão cozido carne acebolada - ef SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	Batata ensopada FRANGO AO MOLHO Feijão cozido Arroz parboilizado cozido	Alface Salada MOÍDA COM LEGUMES Feijão cozido Arroz parboilizado cozido	Feijão cozido SALADA DE TOMATE COM CEBOLA FAROFA DE LEGUMES CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA Arroz parboilizado cozido	Feijão cozido FAROFA DE LEGUMES peito de frango acebolado - int salada de repolho ralado com tempero verde Arroz parboilizado cozido	
14:30 - Lanche da Tarde (Fundamental)	Suco Artificial de Abacaxi PÃO COM DOCE	BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE CHÁ	PÃO COM MARGARINA CAFÉ COM LEITE	PÃO COM DOCE CHÁ	Gelatina com frutas BISCOITO CASEIRO (AF)	
2ª Semana	8/Set (Seg)	9/Set (Ter)	10/Set (Qua)	11/Set (Qui)	12/Set (Sex)	Observação
12:00 - ALMOÇO INTEGRAL	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido FRANGO ASSADO COM BATATA SALADA DE TOMATE COM ORÉGANO	Arroz parboilizado cozido VIRADO DE FEIJÃO carne acebolada - ef salada de repolho ralado com tempero verde	Alface Salada Arroz parboilizado cozido Feijão cozido Farofa de Repolho MOLHO DE FRANGO	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido carne acebolada - ef FAROFA DE LEGUMES	SALADA DE TOMATE COM ORÉGANO Arroz parboilizado cozido Feijão cozido MOÍDA COM LEGUMES	
14:30 - Lanche da Tarde (Fundamental)	BOLO SIMPLES DE LARANJA CHÁ	BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE Suco Artificial de Abacaxi	CHÁ BISCOITO CASEIRO (AF)	PÃO COM DOCE CAFÉ COM LEITE	PÃO COM MARGARINA CHÁ	
3ª Semana	15/Set (Seg)	16/Set (Ter)	17/Set (Qua)	18/Set (Qui)	19/Set (Sex)	Observação
12:00 - ALMOÇO INTEGRAL	FRANGO ASSADO COM BATATA salada de repolho ralado com tempero verde Arroz parboilizado cozido	carne acebolada - ef Salada de cenoura Arroz parboilizado cozido Feijão cozido FAROFA DE LEGUMES	Feijão cozido FRANGO ASSADO COM BATATA Alface Salada Arroz parboilizado cozido	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido MOÍDA COM LEGUMES salada de repolho ralado com tempero verde	Arroz parboilizado cozido VIRADO DE FEIJÃO carne acebolada - ef Alface Salada	
14:30 - Lanche da Tarde (Fundamental)	BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE Suco Artificial de Laranja	cuque de farofa com gotas de chocolate CHÁ	Suco Artificial de Laranja Pão doce (tipo Chineque)	BOLO SIMPES DE FUBÁ CAFÉ COM LEITE	cuque de farofa com gotas de chocolate CHÁ LARANJA	
4ª Semana	22/Set (Seg)	23/Set (Ter)	24/Set (Qua)	25/Set (Qui)	26/Set (Sex)	Observação

4ª Semana	22/Set (Seg)	23/Set (Ter)	24/Set (Qua)	25/Set (Qui)	26/Set (Sex)	Observação
12:00 - ALMOÇO INTEGRAL	Alface Salada Feijão cozido ARROZ COM VACA ATOLADA	Feijão cozido FAROFA DE LEGUMES carne moída refogada int salada de repolho ralado com tempero verde Arroz parboilizado cozido	RISOTO Feijão cozido Alface Salada	SALADA DE TOMATE COM CEBOLA Feijão cozido Arroz parboilizado cozido carne acebolada - ef	Feijão cozido OMELETE COM LEGUMES Arroz parboilizado cozido	
14:30 - Lanche da Tarde (Fundamental)	Suco Artificial de Laranja BISCOITO CASEIRO (AF)	BOLO SIMPES DE FUBÁ CAFÉ COM LEITE	CHÁ FAROFA DE OVO	Pão doce (tipo Chineque) Suco Artificial de limão	CHÁ PÃO COM DOCE	
5ª Semana	29/Set (Seg)	30/Set (Ter)				
12:00 - ALMOÇO INTEGRAL	VIRADO DE FEIJÃO Ovo Frito SALADA DE TOMATE COM CEBOLA Arroz parboilizado cozido	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido FRANGO ASSADO COM BATATA salada de repolho ralado com tempero verde				
14:30 - Lanche da Tarde (Fundamental)	Suco Artificial de Laranja BOLO DE MAÇA	CAFÉ COM LEITE PÃO COM MARGARINA				

Cardápio sujeito a alteração

Total de Macros e Micros Nutrientes - Média Semanal

Calorias kcal	Carboidratos g	Proteínas g	Lípidios g	
1884.84	289.89 72 %	52.13 13 %	58.96 14 %	



Município de Rebouças

Cardápio : ALMOÇO - INTEGRAL SETEMBRO 2025

5ª Semana	29/Set (Seg)	30/Set (Ter)				
Nutricionista(s)						
Idiobara Juliane Brandt						