

Município de Rebouças

Cardápio : ALMOÇO - INTEGRAL AGOSTO 2026

2ª Semana	3/Ago (Seg)	4/Ago (Ter)	5/Ago (Qua)	6/Ago (Qui)	7/Ago (Sex)	Observação
12:00 - ALMOÇO INTEGRAL	carne acebolada - ef SALADA DE TOMATE COM CEBOLA Arroz parboilizado cozido Feijão cozido	Feijão cozido FRANGO AO MOLHO ARROZ COM CENOURA E BRÓCOLIS	Alface Salada Frango Refogado Batata ensopada Arroz parboilizado cozido	FERIADO MUNICIPAL	FAROFA DE LEGUMES Feijão cozido RISOTO	
14:30 - Lanche da Tarde (Fundamental)	PÃO COM MARGARINA Suco de Abacaxi	BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE SUCO NATURAL DE MORANGO	CAFÉ COM LEITE BISCOITO CASEIRO (AF)	FERIADO MUNICIPAL	CHÁ Pão com ovo mexido	
3ª Semana	10/Ago (Seg)	11/Ago (Ter)	12/Ago (Qua)	13/Ago (Qui)	14/Ago (Sex)	Observação
12:00 - ALMOÇO INTEGRAL	Arroz parboilizado cozido CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA FAROFA DE LEGUMES	SALADA DE TOMATE COM ORÉGANO Arroz parboilizado cozido Feijão cozido salada de repolho ralado com tempero verde	Alface Salada Arroz parboilizado cozido FRANGO ASSADO COM BATATA	OMELETE COM LEGUMES Arroz parboilizado cozido salada de repolho ralado com tempero verde VIRADO DE FEIJÃO	ARROZ COM CENOURA E BRÓCOLIS Feijão cozido MOLHO DE FRANGO	
14:30 - Lanche da Tarde (Fundamental)	VITAMINA DE MARACUJÁ PÃO COM MARGARINA	BISCOITO CASEIRO (AF) CHÁ	Suco de Abacaxi BOLO SIMPLES DE LARANJA	CHÁ cuque de farofa com gotas de chocolate	Suco de Abacaxi PÃO COM DOCE	
4ª Semana	17/Ago (Seg)	18/Ago (Ter)	19/Ago (Qua)	20/Ago (Qui)	21/Ago (Sex)	Observação
12:00 - ALMOÇO INTEGRAL	Farofa de Repolho Arroz parboilizado cozido MOÍDA COM LEGUMES	Feijão cozido FAROFA DE LEGUMES RISOTO	Arroz parboilizado cozido FRANGO ASSADO COM BATATA Feijão cozido	FAROFA DE LEGUMES carne acebolada - ef Arroz parboilizado cozido Feijão cozido	Arroz parboilizado cozido MOÍDA COM LEGUMES SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	
14:30 - Lanche da Tarde (Fundamental)	BOLO INTEGRAL DE BANANA CAFÉ COM LEITE	Suco de limão Pão com ovo mexido	CHÁ BOLO SIMPES DE FUBÁ	cuque de farofa com gotas de chocolate VITAMINA DE MARACUJÁ	Suco de Laranja PÃO COM MARGARINA	
5ª Semana	24/Ago (Seg)	25/Ago (Ter)	26/Ago (Qua)	27/Ago (Qui)	28/Ago (Sex)	Observação

5ª Semana	24/Ago (Seg)	25/Ago (Ter)	26/Ago (Qua)	27/Ago (Qui)	28/Ago (Sex)	Observação
12:00 - ALMOÇO INTEGRAL	Arroz parboilizado cozido Ovos Mexidos VIRADO DE FEIJÃO	carne acebolada - ef FAROFA DE LEGUMES Arroz parboilizado cozido	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido BATATA SAUTÉ FRANGO AO MOLHO	Ovos Mexidos Arroz parboilizado cozido FAROFA DE LEGUMES	SALADA DE TOMATE COM CEBOLA CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA Arroz parboilizado cozido	
14:30 - Lanche da Tarde (Fundamental)	CHÁ BOLO SIMPES DE FUBÁ	cuque de farofa com gotas de chocolate Suco de Abacaxi	BISCOITO CASEIRO (AF) CAFÉ COM LEITE	PÃO COM DOCE CHÁ	Suco de limão Pão com ovo mexido	
6ª Semana	31/Ago (Seg)					
12:00 - ALMOÇO INTEGRAL	salada de repolho ralado com tempero verde Feijão cozido RISOTO					
14:30 - Lanche da Tarde (Fundamental)	BISCOITO CASEIRO (AF) ACHOCOLATADO					

Cardápio sujeito a alteração

Total de Macros e Micros Nutrientes - Média Semanal

Calorias kcal	Carboidratos g	Proteínas g	Lípidios g	
980.70	145.32 70 %	32.32 15 %	28.98 14 %	



Município de Rebouças

Cardápio : ALMOÇO - INTEGRAL AGOSTO 2026

6ª Semana	31/Ago (Seg)					
Nutricionista(s)						
Idiobara Juliane Brandt						