



Secretaria de Município
da Educação



Prefeitura Municipal
do RIO GRANDE



CARDÁPIO PATOLOGIAS – DIABETES MELITUS
ESCOLAS DE TURNO INTEGRAL E ESCOLAS DO CAMPO
70% NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS

AGOSTO - 2025

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
Desjejum - Leite - Biscoito salgado - Banana Almoço - Arroz - Feijão - Sal bat/cen/ovo - Sal tomate - Laranja Lanche da tarde - Leite c/cacau - Biscoito salgado VCT: 1144,0 kcal Prot.: 40,5 g Lip.: 32,3 g Carb.:177,6 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Arroz c/galinha - Feijão - Sal beterraba/ovo picado - aipim cozido - Maçã Lanche da tarde - Leite - Biscoito salgado VCT: 1123,2 kcal Prot.: 41,4 g Lip.: 35,8 g Carb.:160,0 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Arroz - Feijão - Carne c/molho - Couve refogada - Sal tomate Lanche da tarde - Leite - Bolo aveia e banana s/açúcar VCT: 1149,0 kcal Prot.: 40,2 g Lip.: 33,0 g Carb.:170,7 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Macarrão primavera - Feijão - Frango c/molho - Batata doce assada - Abacaxi Lanche da tarde - Vitamina maçã s/açúcar - Biscoito salgado VCT: 1143,1 kcal Prot.: 37,4 g Lip.: 32,3 g Carb.:186,6 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Arroz - Feijão - Jardineira de legumes - Sal brócolis - Bergamota Lanche da tarde - Suco - Pizza c/molho VCT: 1129,9 kcal Prot.: 36,2 g Lip.: 33,1 g Carb.: 185,1 g
Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Arroz - Feijão - Omelete - Sal tomate - Laranja Lanche da Tarde - Leite - Biscoito salgado VCT: 1151,4 kcal Prot.: 40,7 g Lip.: 33,1 g Carb.:175,9 g	Desjejum - Leite - Biscoito doce Almoço - Arroz à carreteiro - Feijão - Sal cenoura/repolho - Banana Lanche da tarde - Vitamina maçã s/açúcar - Biscoito salgado VCT: 1150,9 kcal Prot.: 38,3 g Lip.: 31,4 g Carb.:181,1 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Macarrão c/frango - Feijão - Couve refogada - Sal alface/tomate - Bergamota Lanche tarde - Leite - Biscoito salgado VCT: 1181,8 cal Prot.: 41,6 g Lip.: 37,8 g Carb.: 166,9 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Sopa feijão branco - Laranja Lanche da tarde - Leite - Pão de aveia s/açúcar VCT: 1125,5 kcal Prot.: 35,7 g Lip.: 32,8 g Carb.:186,6 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Arroz - Feijão - Frango c/ batata e milho - Bergamota Lanche da tarde - Leite - Pão caseiro VCT: 1169,3 kcal Prot.: 39,9 g Lip.: 33,3 g Carb.: 177,0 g

Desjejum - Vitamina maçã sem açúcar - Biscoito salgado Almoço - Macarrão c/molho - Feijão - Sal couve-flor - Laranja Lanche da tarde - Leite - Biscoito salgado VCT: 1131,1 kcal Prot.: 36,9 g Lip.: 32,3 g Carb.:184,6 g	Desjejum - Leite c/cacau - Biscoito salgado Almoço - Arroz - Feijão - Carne c/abóbora e ervilha - Sal brócolis - Banana Lanche da tarde - Leite - Biscoito salgado VCT: 1156,3 kcal Prot.: 41,0 g Lip.: 36,1 g Carb.: 170,0 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Arroz c/galinha - Feijão - Sal beterraba/ovo picado - aipim cozido - Bergamota Lanche da tarde - Leite - Biscoito salgado VCT: 1123,2 kcal Prot.: 41,4 g Lip.: 35,8 g Carb.:160,0 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Sopão legumes e carne - Suco uva - Banana Lanche da tarde - Vitamina maçã - Biscoito salgado VCT: 1125,5 kcal Prot.: 38,1 g Lip.: 32,9 g Carb.:183,3 g	Desjejum - Leite c/cacau - Biscoito salgado Almoço - Arroz - Feijão - Sal batata, cenoura e frango - Sal tomate - Abacaxi Lanche da tarde - Suco uva - Biscoito salgado VCT: 1125,3 kcal Prot.: 36,4 g Lip.: 35,1 g Carb.:188,5 g
Desjejum - Leite - Biscoito salgado - Maçã Almoço - Arroz - Feijão - Ovo cozido - Couve refogada - Laranja Lanche da tarde - Leite - Bisc salgado VCT: 1138,3 kcal Prot.: 42,2 g Lip.: 33,6 g Carb.:170,3 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Macarrão c/frango - Feijão - Sal alface/tomate - Batata doce assada - Bergamota Lanche tarde - Leite - Biscoito salgado VCT: 1181,8 cal Prot.: 41,6 g Lip.: 37,8 g Carb.: 166,9 g	Desjejum - Leite - Biscoito doce Almoço - Arroz à carreteiro - Feijão - Sal cenoura/repolho - Banana Lanche da tarde - Vitamina maçã - Biscoito salgado VCT: 1150,9 kcal Prot.: 38,3 g Lip.: 31,4 g Carb.:181,1 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Arroz - Feijão branco - Frango c/cenoura - Sal alface/tomate - Bergamota Lanche tarde - Leite - Biscoito salgado VCT: 1136,0 kcal Prot.: 42,0 g Lip.: 33,1 g Carb.:169,3 g	Desjejum - Leite - Biscoito salgado Almoço - Sopão de legumes c/carne - Abacaxi - Suco uva Lanche da tarde - Leite - Biscoito salgado VCT: 1168,5 kcal Prot.: 42,8 g Lip.: 34,3 g Carb.: 164,5 g

OBSERVAÇÕES:

Os cardápios devem ser impressos e fixados na área de preparo de alimentos.

Salientamos que as preparações descritas no cardápio devem ser executadas pela escola, pois são calculadas conforme as necessidades nutricionais dos alunos. Em caso de substituição, esta deverá ser feita por outra semelhante descrita em outro dia.

* **Esse cardápio tem validade até a chegada do roteiro de SETEMBRO/2025.**

* Receitas no site da SMEd – Núcleo de Alimentação Escolar.

* **Arroz com couve ou arroz e couve refogada separados.**

Equipe Técnica de Alimentação Escolar