



OUTUBRO 2025

PROJETO OFICINA DA INFÂNCIA EM EMEI

1ª Semana	2ª FEIRA 29/set	3ª FEIRA 30/set	4ª FEIRA 1/out	5ª FEIRA 2/out	6ª FEIRA 3/out
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE CENOURA COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG INTEGRAL COM QUEIJO MUSSARELA
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, COUVE, TOMATE E CENOURA), SALADA DE PEPINO, SUCO DE GOIABA	CONSELHO DE CLASSE	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM MANDIOQUINHA SALADA DE BETERRABA, MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL ACEBOLADO COM PIMENTÃO, SALADA DE COUVE, SUCO DE UVA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA, SALADA DE REPOLHO E LARANJA
Merenda Horário:	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM CENOURA, SALADA DE REPOLHO, LARANJA		MACARRÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO E ESCAROLA, SALADA DE ALFACE, MELÃO	ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA PALHA, SALADA DE PEPINO, BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM CHUCHU, SALADA DE ACELGA, MAMÃO
Composição Nutricional (Média Semanal)*					
Desjejum		Energia (Kcal)	Carboidratos (g/%)	Proteínas (g/%)	Lípidios (g/%)
		327,90	37,5 – 46%	13,2 – 16%	13,8 – 38%
Almoço		540,30	53,8-40%	14,0 - 10%	27,6 - 47%
Merenda		308,90	44,8 – 58%	17,4 – 22%	8,0 – 23%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



OUTUBRO 2025

PROJETO OFICINA DA INFÂNCIA EM EMEI

2ª Semana	2ª FEIRA 6/out	3ª FEIRA 7/out	4ª FEIRA 8/out	5ª FEIRA 9/out	6ª FEIRA 10/out
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, BISCOITO CREAM CRACKER COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE BATATA COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG QUEIJO MUSSARELA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE CENOURA COM MANTEIGA
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM TOMATE, SALADA DE PEPINO, MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM CENOURA, SALADA DE ACELGA, MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BERINJELA, SALADA DE REPOLHO, LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM ABOBRINHA, SALADA DE TOMATE, SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM MANDIOCA, SALADA DE ALFACE, MAÇÃ
Merenda Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, COUVE, TOMATE E CENOURA), SALADA DE BETERRABA, MELÃO	ARROZ, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM ABOBRINHA, SALADA DE PEPINO, MAÇÃ	MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO E BRÓCOLIS, SALADA DE ACELGA, MELANCIA	PÃO COM CARNE MOÍDA E CENOURA, SUCO DE UVA E BANANA	ARROZ, FRANGO AO MOLHO COM ABÓBORA, SALADA DE TOMATE, ABACAXI
Composição Nutricional (Média Semanal)*					
Desjejum		Energia (Kcal)	Carboidratos (g/%)	Proteínas (g/%)	Lípidios (g/%)
		324,40	38,5 - 47%	12,3 - 15%	13,5 - 37%
Almoço		588,80	46,1 - 31%	19,8 - 13%	32,6 - 50%
Merenda		351,60	50,1 - 57%	16,6 – 19%	10,7 – 27%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



OUTUBRO 2025

PROJETO OFICINA DA INFÂNCIA EM EMEI

3ª Semana	2ª FEIRA 13/out	3ª FEIRA 14/out	4ª FEIRA 15/out	5ª FEIRA 16/out	6ª FEIRA 17/out
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE FORMA INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM MANTEIGA		LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG INTEGRAL COM MANTEIGA
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, ALMÔNDegas AO MOLHO COM CENOURA SALADA DE BETERRABA, LARANJA (SUÇO DE UVA A.F)	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM CHUCHU, SALADA DE ACELGA, SUÇO DE CAJÚ	P.F	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO BATATA PALHA, SALADA DE ALFACE, SUÇO DE UVA	ARROZ, FEIJÃO, CAÇÃO AO MOLHO COM BATATA, SALADA DE REPOLHO, MAÇÃ
Merenda Horário:	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM VAGEM, SALADA DE PEPINO, MAÇÃ (SUÇO DE UVA A.F)	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM BATATA DOCE, SALADA DE REPOLHO, MELANCIA		MACARRÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM BERINJELA, SALADA DE ACELGA, BANANA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL ACEBOLADO COM PIMENTÃO, SALADA DE COUVE, LARANJA
Composição Nutricional (Média Semanal)*					
Desjejum		Energia (Kcal) 249,10	Carboidratos (g/%) 31,1 - 50%	Proteínas (g/%) 8,9 - 14%	Lipídios (g/%) 10,1 - 36%
Almoço		429,90	42,5 - 39%	16,4 - 15%	22,6 - 47%
Merenda		286,90	28,6 - 40%	13,3 - 19%	9,2 - 29%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



OUTUBRO 2025

PROJETO OFICINA DA INFÂNCIA EM EMEI

4ª Semana	2ª FEIRA 20/out	3ª FEIRA 21/out	4ª FEIRA 22/out	5ª FEIRA 23/out	6ª FEIRA 24/out
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE BATATA COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE FORMA COM QUEIJO MUSSARELA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, BISCOITO CREAM CRACKER COM REQUEIJÃO
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM CENOURA, SALADA DE TOMATE, MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM MANDIOQUINHA, SALADA DE REPOLHO, SUÇO DE MARACUJÁ	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM BRÓCOLIS, SALADA DE BETERRABA, LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BERINJELA, SALADA DE ALFACE, MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CHUCHU, SALADA DE ACELGA, SUÇO DE UVA
Merenda Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, ABOBRINHA, TOMATE E CENOURA), SALADA DE REPOLHO, ABACAXI	MACARRÃO, FRANGO AO MOLHO COM ESPINAFRE, SALADA DE BETERRABA E MAÇÃ	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM COUVE FLOR, SALADA DE PEPINO, MELANCIA	PÃO COM FRANGO DESFIADO E CENOURA, SUÇO DE MARACUJÁ E MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, CAÇÃO COM BATATA SALADA DE ALFACE, BANANA
Composição Nutricional (Média Semanal)*					
Desjejum		Energia (Kcal) 314,80	Carboidratos (g/%) 38,2 - 48%	Proteínas (g/%) 12,3 - 16%	Lipídios (g/%) 12,6 - 36%
Almoço		455,20	48,1 - 42%	17,7 - 16%	22,4 - 44%
Merenda		343,80	50,3 - 58%	14,8 - 17%	9,5 - 25%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.

OUTUBRO 2025

PROJETO OFICINA DA INFÂNCIA EM EMEI

4ª Semana	2ª FEIRA 27/out	3ª FEIRA 28/out	4ª FEIRA 29/out	5ª FEIRA 30/out	6ª FEIRA 31/out
Desjejum Horário:			LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE FORMA INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM MANTEIGA
Almoço Horário:	P.F	P.F	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, COUVE, TOMATE E CENOURA), SALADA DE REPOLHO, MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM MANDIOQUINHA, SALADA DE BETERRABA, MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM ABOBRINHA, SALADA DE ACELGA, SUCO DE LARANJA
Merenda Horário:			ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM ERVILHA, SALADA DE ACELGA, MAÇÃ	MACARRÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA, SALADA DE PEPINO, MELANCIA	ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO COM BATATA PALHA, SALADA DE ALFACE, BANANA
Composição Nutricional (Média Semanal)*	Energia (Kcal)		Carboidratos (g/%)		Lipídios (g/%)
Desjejum	350,10		40,5 - 46%		14,7 - 38%
Almoço	529,10		56,0 - 42%		27,6 - 47%
Merenda	321,00		48,9 - 61%		8,1 - 23%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.


Kárem Miyuki Bando
 CRN - 4873
 Nutricionista