



**MUNICÍPIO DE NOVA
ESPERANÇA DO SUDOESTE**
Estado do Paraná



DEZEMBRO 2025

Cardápio Alimentação Escolar – CMEI Sementes de Esperança

<u>DIA</u>	<u>Café 8h</u>	<u>Lanche 9h</u>	<u>Almoço 10h40</u>	<u>Lanche 14h</u>	<u>Jantar 16h</u>			
<u>01/12/2025</u>	Pão com margarina Leite morno	Morango	Arroz, lentilha, purê de batata, carne bovina com legumes Alface	Mamão Bolacha caseira	Risoto de frango com legumes Tomate			
<u>02/12/2025</u>	Cuca Café com leite	Banana	Arroz, lentilha, macarrão com carne moída Repolho	Bolacha caseira Suco natural	Polenta Carne moída Alface			
<u>03/12/2025</u>	Pão com geleia zero açúcar Chá de camomila	Mamão	Arroz, lentilha, purê de mandioca, frango em molho Beterraba cozida	Laranja Bolacha caseira	Carreteiro Repolho			
<u>04/12/2025</u>	Pão com margarina Café com leite	Melancia	Arroz, lentilha, polenta, carne suína Tomate	Batida de leite com morango	Polenta Carne suína Brócolis			
<u>05/12/2025</u>	Pão com geleia zero açúcar Leite morno	Banana	Arroz, lentilha, ovo cozido, legumes refogados (cenoura, abobrinha, chuchu) Brócolis	Melancia Bolacha caseira	Sopa de feijão com macarrão e legumes			
<u>Média semanal</u>	KCAL 856	CHO 131g – 61%	PTN 29g – 14%	LIP 24g – 25%	VIT A (mcg) 355,1	VIT C (mg) 38,7	CÁLCIO (mg) 346	FERRO(mg) 4,9

Obs: A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa entre o raspado - amassado - picado e pedaços inteiros individualmente de acordo com a evolução de cada aluno.



**MUNICÍPIO DE NOVA
ESPERANÇA DO SUDOESTE**
Estado do Paraná



Cardápio Alimentação Escolar – CMEI Sementes de Esperança

<u>DIA</u>	<u>Café 8h</u>	<u>Lanche 9h</u>	<u>Almoço 10h40</u>	<u>Lanche 14h</u>	<u>Jantar 16h</u>			
<u>08/12/2025</u>	Pão com margarina Chá de erva doce	Banana	Arroz, lentilha, batata doce, carne moída Tomate	Batida de leite com morango	Polenta Carne suína Beterraba cozida			
<u>09/12/2025</u>	Pão com queijo Café com leite	Morango	Arroz, lentilha, purê de batata, carne suína Alface	Maçã Bolacha caseira	Carreteiro com legumes Cenoura cozida			
<u>10/12/2025</u>	Pão com geleia zero açúcar Chá de camomila	Salada de frutas	Arroz, lentilha, purê de mandioca, frango em molho Brócolis	Bolo simples Suco natural	Macarrão Carne moída Alface			
<u>11/12/2025</u>	Cuca Café com leite	Mamão	Arroz, lentilha, legumes refogados, carne bovina desfiada Repolho picado	Banana Bolacha caseira	Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes			
<u>12/12/2025</u>	Pão com geleia zero açúcar Chá de camomila	Maçã	Arroz, lentilha, polenta, carne moída Cenoura cozida	Laranja Bolacha caseira	Risoto de frango com legumes			
<u>Média semanal</u>	KCAL 811	CHO 121g – 61%	PTN 30g – 15%	LIP 23g – 24%	VIT A (mcg) 212,9	VIT C (mg) 35,3	CÁLCIO (mg) 327,8	FERRO(mg) 4,4

Obs: A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa entre o raspado - amassado - picado e pedaços inteiros individualmente de acordo com a evolução de cada aluno.

Nutricionista Luana Carolina Portela Lopes

CRN 8 - 16539



**MUNICÍPIO DE NOVA
ESPERANÇA DO SUDOESTE**
Estado do Paraná



Cardápio Alimentação Escolar – CMEI Sementes de Esperança

<u>DIA</u>	<u>Café 8h</u>	<u>Lanche 9h</u>	<u>Almoço 10h40</u>	<u>Lanche 14h</u>	<u>Jantar 16h</u>			
<u>15/12/2025</u>				FERIADO				
<u>16/12/2025</u>	Pão com queijo Café com leite	Banana	Arroz, lentilha, macarrão com carne moída Repolho	Salada de fruta Bolacha caseira	Polenta Frango em molho Cenoura cozida			
<u>17/12/2025</u>	Pão com margarina Chá de erva doce	Maçã	Arroz, lentilha, purê de mandioca, carne picada com molho de legumes Alface	Banana Bolacha caseira	Carreteiro com legumes Tomate			
<u>18/12/2025</u>	Cuca Café com leite	Melancia	Arroz, lentilha, polenta, carne suína Tomate	Morango Bolacha caseira	Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes			
<u>19/12/2025</u>	Pão com geleia zero açúcar Chá de camomila	Laranja	Arroz, lentilha, batata doce, carne bovina com legumes Alface	Melancia Bolacha caseira	Torta salgada Suco natural			
Média semanal	KCAL 809	CHO 118g – 60%	PTN 28g – 14%	LIP 25g – 26%	VIT A (mcg) 264,1	VIT C (mg) 28,9	CÁLCIO (mg) 294,7	FERRO(mg) 4,6

Obs: A evolução na consistência da alimentação deve ser gradativa entre o raspado - amassado - picado e pedaços inteiros individualmente de acordo com a evolução de cada aluno.

Nutricionista Luana Carolina Portela Lopes
CRN 8 – 16539