



**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.

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>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

DIA	Café 8h	Lanche 9h	Almoço 10h40		Lanche 14h		Jantar 16h	
15/12/2025	FERIADO							
16/12/2025	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	
17/12/2025	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	
18/12/2025	Cuca Café com leite	Melancia	Arroz, lentilha, polenta, carne suína Tomate		Morango Bolacha caseira		Sopa de frango com macarrão letrinha e legumes	
19/12/2025	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