



PREFEITURA DE
Registro

CARDÁPIO EMEB'S/ EMEI'S - OUTUBRO 2025

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
			01/out	02/out	03/out
DESJEIUM			Biscoito rosquinha de chocolate + Leite	Bolacha salgada integral + margarina + Leite	Banana + Leite + Achocolatado
ALMOÇO			Arroz + Feijão + Carne em cubos com batata doce + Salada de alface + Abacaxi	Arroz + Feijão + Sobrecoxa assada + Farofa de couve + Salada de pepino e tomate + Banana	Arroz + Feijão + Carne moída com berinjela + Salada de repolho e pepino + Manga
	06/out	07/out	08/out	09/out	10/out
DESJEIUM	Bolacha salgada + requeijão + Leite	Bolacha maisena + Leite	Bolacha salgada integral + margarina + Leite	Bolacha maisena + Leite + Cacau em pó	Banana + Leite + Achocolatado
ALMOÇO	Arroz + Feijão + Ovos mexidos ou omelete com cenoura + Salada de acelga e beterraba	Arroz + Feijão + Carne moída com abobrinha + Salada de repolho + Laranja	Arroz + Estrogonofe de frango + Batatas rústicas assadas + Salada de alface + Banana	Arroz + Feijão + Carne em cubos com mandioca + Salada de pepino e tomate + Melancia	Buraco quente + Pipoca + Suco de uva + Bolo de chocolate
	13/out	14/out	15/out	16/out	17/out
DESJEIUM	Bolacha salgada + margarina + Leite	Bolacha maisena + Leite	PONTO FACULTATIVO	Bolacha salgada integral + requeijão + Leite + Achocolatado	Biscoito rosquinha de chocolate + Leite
ALMOÇO	Macarrão integral à bolonhesa + Salada de pepino e cenoura	Arroz + Feijão + Frango ao sugo + Polenta + Salada de acelga e tomate		Arroz + Feijão + Picadinho de carne (cenoura, batata e chuchu) + Salada de acelga + Maçã	Arroz + Feijão + Sobrecoxa assada com batatas + Salada de alface e rúcula + Banana
	20/out	21/out	22/out	23/out	24/out
DESJEIUM	Bolacha de maisena + Leite + cacau 50%	Bolacha salgada + margarina + Leite	Manga + Leite	Bolacha salgada integral + Requeijão + Leite	Bolacha maisena + Leite + Achocolatado
ALMOÇO	Arroz + Feijão + Escondidinho carne moída + Salada de repolho e beterraba	Arroz + Feijão + Ovos mexidos ou omelete com abobrinha + Salada de alface e agrião + Melancia	Arroz + Feijão + Frango com cenoura + Salada de acelga e beterraba	Arroz + Feijão + Carne em cubos com abóbora + Salada de repolho + Banana	Macarronada ao sugo + Sobrecoxa assada + Salada de pepino e tomate + Manga
	27/out	28/out	29/out	30/out	31/out
DESJEIUM	PONTO FACULTATIVO	Bolacha de maisena + Leite	Bolacha salgada + requeijão + Leite	Melão + Leite + Achocolatado	Bolacha maisena + Leite + Cacau 50%
ALMOÇO		Risoto de carne com legumes (arroz, carne, cenoura, abobrinha, tomate e vagem) + Salada de repolho	Arroz + Feijão + Carne moída com batata e tomate + Salada de alface + Melão	Arroz + Feijão + Sobrecoxa assada + Farofa de cenoura + Salada de pepino	Arroz + Feijão + Carne em cubos com chuchu + Salada de acelga e beterraba + Banana

Elissa Caroline Mendes Nascimento
Nutricionista
CRN-3: 34839

Fabiani Alves Pereira
Nutricionista
CRN-3: 33495

Hélio Saguchi
Nutricionista
CRN-3: 9769

Lidiane Yurie Pereira
Nutricionista
CRN-3: 35551

O Cardápio pode ser sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade dos produtos. Favor registrar no mapa de controle das refeições.