PREFEITURA DE Registro

CARDÁPIO EMEB'S/ EMEI - NOVEMBRO 2026

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	02/nov	03/nov	04/nov	05/nov	06/nov
DESJEJUM	FERIADO	Biscoito rosquinha de leite + Leite + Achocolatado	Bolacha salgada + Requeijão + Chá mate	Banana + Leite + Cacau 50%	Biscoito rosquinha de chocolate + Leite
ALMOÇO		Arroz + Feijão + Ovos mexidos ou omelete com cenoura + Salada de pepino e tomate	Arroz + Feijão + Frango moído ao sugo + Salada de alface e agrião + Banana	Arroz + Feijão + Carne em cubos com pupunha + Salada de mix de repolho (verde e roxa)	Arroz + Feijão + Sobrecoxa assada + Farofa de couve + Salada de acelga e tomate + Abacaxi
	09/nov	**10/nov**	**11/nov**	**12/nov**	**13/nov**
DESJEJUM	Bolacha salgada integral + Requeijão + Leite	Bolacha maisena + Leite + Achocolatado	Bolo salgado + Requeijão + Leite	Manga + Leite + Cacau 50%	Biscoito rosquinha de leite + Chá preto
ALMOÇO	Arroz + Feijão + Empanado de frango + Salada de repolho e beterraba	Arroz + Feijão + Carne moída com berinjela + Salada de pepino e cenoura + Maçã	Arroz + Feijão + Frango com batata + Salada de alface e tomate + Banana	Arroz + Feijão + Picadinho de carne com legumes (mandioquinha, cenoura e chuchu) + Salada de acelga	Arroz + Feijão + Sobrecoxa assada + Salada de escarola e tomate + Melão
	16/nov	**17/nov**	**18/nov**	**19/nov**	**20/nov**
DESJEJUM	Biscoito rosquinha de chocolate + Chá mate	Banana + Leite + Achocolatado	Bolacha salgada + Requeijão+ Leite + Cacau 50%	Bolacha maisena + Leite	FERIADO
ALMOÇO	Arroz + Feijão + Ovos mexidos ou omelete com abobrinha + Salada de pepino e tomate + Suco de goiaba	Arroz + Feijão + Carne em cubos com batata + Salada de acelga e cenoura	Arroz + Estrogonofe de frango + Salada de alface e pepino + Manga	Arroz + Feijão + Quibe assado + Salada de repolho e tomate + Banana	
	23/nov	**24/nov**	**25/nov**	**26/nov**	**27/nov**
DESJEJUM	Biscoito rosquinha de leite + Leite	Bolacha salgada integral + Requeijão + Leite	Bolacha maisena + Leite + Cacau 50%	Bolacha salgada + Doce de banana sem açúcar + Chá preto	Maçã + Leite + Achocolatado
ALMOÇO	Arroz + Feijão + Carne moída refogada + Purê de batata + Salada de pepino e beterraba	Arroz + Feijão + Frango com cenoura + Salada de alface e rúcula + Laranja	Arroz + Feijão + Pernil suíno cozido + Farofa de couve + Salada de pepino e tomate + Banana	Arroz + Feijão + Sobrecoxa assada + Salada de repolho e cenoura + Melancia	Arroz + Feijão + Carne em cubos com abóbora + Salada de acelga e tomate
	30/nov				
DESJEJUM	Biscoito rosquinha de chocolate + Leite				
ALMOÇO	Arroz + Feijão + Almôndegas de frango ao sugo + Polenta + Salada de repolho				

Elissa Caroline Mendes Nascimento
Nutricionista
CRN-3: 34839

Fabiani Alves Pereira
Nutricionista
CRN-3: 33495

Hélia 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.