

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE AFONSO CLÁUDIO/ES - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - EDUCAÇÃO INFANTIL (CRECHE)**  
**Modalidade: BERÇÁRIO II e PRÉ-ESCOLA - (01 a 05 anos)**  
**Período: Integral**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:15	PL/FPM	Biscoito sequilhos Leite c/ cacau em pó	Pão caseiro de cenoura Leite c/ cacau em pó	Pão caseiro c/ ovos mexidos Suco de laranja natural	Biscoito de polvilho Leite c/ cacau em pó
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30	PL/FPM	Arroz Feijão Carne moída Farofa: ovos e banana Salada: repolho	Arroz Feijão Frango em tirinhas Purê de batata c/ cenoura Salada: pepino	Arroz Feijão Omelete c/ abobrinha Salada: tomate e pepino	Arroz Feijão Estrogonofe de frango Salada: repolho e tempero verde
<b>LANCHE</b> Horário: 11:40	PL/FPM	Melancia	Goiaba	Banana picada c/ leite em pó	Banana da terra cozida
<b>JANTAR</b> Horário: 14:30	PL/FPM	Sopa de macarrão e carne	Caldo de batata c/ frango	Polenta c/ carne moída	Canjiquinha c/ carne desfiada
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:15	Biscoito caseiro Leite c/ cacau em pó	Pãozinho caseiro mesclado Leite	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Pãozinho caseiro Leite	Bolo de banana Suco
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30	Macarrão c/ carne moída Feijão Salada	Arroz Feijão Frango desfiado c/ legumes	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa de frango assada Vinagrete	Macarrão ao alho e óleo Feijão Picadinho c/ cenoura, cebola, pimentão Salada de pepino
<b>LANCHE</b> Horário: 11:40	Omelete de banana	iogurte	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Abacate picado c/ leite em pó	Biscoito de polvilho Leite
<b>JANTAR</b> Horário: 14:30	Caldo de feijão c/ macarrão	Arroz c/ frango e legumes	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Sopa de macarrão, carne moída, batata, cenoura e abobrinha	Arroz Caldo de abóbora e carne moída Salada de repolho branco
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:15	RECESSO	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Pãozinho caseiro Leite c/ cacau em pó	Biscoito de polvilho Leite c/ cacau em pó
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30	RECESSO	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Canjiquinha, carne moída, vagem, aipim e tomate Sobremesa: uva	Arroz Estrogonofe nutritivo de frango Salada cozida: batata, cenoura, chuchu
<b>LANCHE</b> Horário: 11:40	RECESSO	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Banana da terra cozida	Salada de frutas: maçã, banana, uva, laranja
<b>JANTAR</b> Horário: 14:30	RECESSO	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Arroz Feijão Farofa de carne em cubos Salada: tomate, abobrinha em cubos cozida e salsinha	Sopa de macarrão, carne moída, feijão e legumes
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:15	Biscoito sequilhos Leite c/ cacau em pó	Pão francês Leite c/ cacau em pó	Pãozinho caseiro Leite c/ cacau em pó	Pão caseiro c/ ovos mexidos Suco de polpa de fruta	Biscoito de polvilho Leite c/ cacau em pó

<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30h	Arroz Feijão Omelete de legumes: cenoura, batata e tomate	Arroz Feijão Farofa de frango em cubos Quibebe de abóbora e cebolinha verde	Macarrão ao molho de carne moída Batata em cubos cozida ao vinagrete	Arroz Feijão Frango c/ cenoura Salada: tomate e pepino	Arroz c/ carne moída e cheiro verde Feijão Salada crua: repolho e beterraba
<b>LANCHE</b> Horário: 11:40	Fruta	Fruta	Fruta	Mingau nutritivo de abóbora	Fruta
<b>JANTAR</b> Horário: 14:30	Canjiquinha, carne moída, chuchu, tomate e pimentão	Sopa de letrinhas, carne desfiada, cenoura e abobrinha	Arroz Caldo de feijão Carne ensopada Salada: tomate, cebola roxa desfiada, cheiro verde	Polenta ao molho de carne desfiada Abobrinha refogada	Caldo de inhame, frango e salsinha

**O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra de frutas e verduras, intercorrências diversas, ou ainda, para melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade).**

**Este cardápio deve ser fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 6/2020.**

**\*\* Será publicado no Portal da Transparência Municipal disponibilizando para consulta.**

**OBSERVAÇÕES:**

- As frutas que sobraem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- O cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidades ou intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas com autorização da nutricionista, por alimentos do mesmo grupo alimentar, sem prejuízo no valor nutricional;
- Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FNDE nº 6/2020 e nº 20/2020);
- 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 do CMEI.
- Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas com adaptações deste cardápio fornecido pela Nutricionista.
- Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Municipal de Afonso Cláudio.

**ATENÇÃO:**

É **PROIBIDA** a oferta de ultraprocessados, açúcar, mel, melado e/ou adoçantes para crianças de até 03 anos de idade. (Resolução CD/FNDE nº 6/2020)

Elaborado pela Nutricionista DUSNELDA NIKEL.  
CRN: 9-81002358

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE AFONSO CLÁUDIO/ES - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - EDUCAÇÃO INFANTIL (CRECHE)**

**Modalidade: BERÇÁRIO I - (04 a 11 meses)**

**Período: Matutino e Vespertino**

	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b>
	<b>02/02/2026</b>	<b>03/02/2026</b>	<b>04/02/2026</b>	<b>05/02/2026</b>	<b>06/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00 <b>LANCHE</b> Horário: 12:00	<b>PL/FPM</b>	Leite puro Fruta	Leite puro Fruta	Leite puro Fruta	Biscoito molhadinho Leite puro
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:00	<b>PL/FPM</b>	Papinha: feijão, batata, arroz, carne moída	Papinha: abóbora, feijão, macarrão	Papinha: fubá, frango desfiado, caldo de feijão	Papinha: arroz, feijão, ovo molinho
	<b>09/02/2026</b>	<b>10/02/2026</b>	<b>11/02/2026</b>	<b>12/02/2026</b>	<b>13/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00 <b>LANCHE</b> Horário: 12:00	Biscoito molhadinho Leite puro	Leite puro Fruta	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Leite puro Fruta	Leite puro Fruta
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:00	Papinha: feijão, arroz, ovo cozido	Papinha: arroz, feijão, cenoura, frango desfiado sobremesa: banana amassada	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Papinha: arroz, feijão, carne moída	Papinha: fubá, feijão, legumes Sobremesa: mamão picadinho
	<b>16/02/2026</b>	<b>17/02/2026</b>	<b>18/02/2026</b>	<b>19/02/2026</b>	<b>20/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00 <b>LANCHE</b> Horário: 12:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Biscoito Leite puro	Papinha: leite c/ amido
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Papinha: arroz, feijão, ovo cozido	Papinha: legumes, caldo de feijão, carne moída
	<b>23/02/2026</b>	<b>24/02/2026</b>	<b>25/02/2026</b>	<b>26/02/2026</b>	<b>27/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00 <b>LANCHE</b> Horário: 12:00	Biscoito Leite puro	Leite puro Fruta	Vitamina de banana	Leite puro Fruta	Biscoito Leite puro
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:00	Papinha: batata, feijão, ovo cozido	Papinha: arroz, abóbora, feijão, carne moída	Papinha: arroz, feijão, frango desfiado, cenoura	Papinha: macarrão, caldo de feijão, carne Sobremesa: banana amassada	Papinha: feijão, arroz, beterraba, ovo cozido

**O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra de frutas e verduras, intercorrências diversas, ou ainda, para melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade).**

Este cardápio deve ser fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 6/2020.

\*\* Será publicado no Portal da Transparência Municipal disponibilizando para consulta.

**OBSERVAÇÕES:**

- As frutas que sobraem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- O cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidades ou intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas com autorização da nutricionista, por alimentos do mesmo grupo alimentar, sem prejuízo no valor nutricional;
- Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FN DE nº 6/2020 e nº 20/2020);
- 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 do CMEI.
- Não oferecer alimentos com adição de açúcar.
- Todos os alimentos deverão estar bem cozidos.
- Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas com adaptações deste cardápio fornecido pela Nutricionista.
- Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Municipal de Afonso Cláudio.

**ATENÇÃO:**

É **PROIBIDA** a oferta de ultraprocessados, açúcar, mel, melado e/ou adoçantes para crianças de até 03 anos de idade. (Resolução CD/FNDE nº 6/2020)

Elaborado pela Nutricionista DUSNELDA NIKEL.

CRN: 9-81002358

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE AFONSO CLÁUDIO/ES - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - EDUCAÇÃO INFANTIL (CRECHE)**

Modalidade: PRÉ-ESCOLA E MATERNAL I e II - (02 a 05 anos)

Período: Matutino

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	PL/FPM	Biscoito Vitamina de Polpa	Pão caseiro de cenoura Suco de polpa de fruta	Biscoito Leite c/ cacau em pó	Pãozinho caseiro Suco de polpa de fruta
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30	PL/FPM	Arroz Feijão Carne moída c/ batata Salada: repolho	Macarrão Carne em cubos c/ abóbora Salada: tomate Sobremesa: goiaba	Polenta ao molho de carne moída Salada: pepino e cebola desfiada Sobremesa: melancia	Arroz Feijão Estrogonofe de frango Sobremesa: banana
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	Biscoito Leite c/ cacau em pó	Pão francês Suco de polpa de fruta	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Pãozinho caseiro de sal Leite c/ cacau em pó	Bolo de banana Suco de polpa de fruta
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30	Arroz Feijão Omelete Salada	Macarrão ao molho branco Carne em cubos c/ cenoura Salada: tomate e cheiro verde Sobremesa: banana	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Arroz Tutu de feijão c/ ovos Vinagrete Sobremesa: goiaba	Macarrão ao alho e óleo Feijão Músculo c/ cenoura, cebola, pimentão Salada: pepino Sobremesa: mamão
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Biscoito Leite c/ cacau em pó	Pãozinho de sal caseiro Leite c/ cacau em pó
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Arroz Feijão Ovos cozidos Salada	Arroz Estrogonofe nutritivo de frango Salada cozida: batata, cenoura, chuchu
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	Biscoito Vitamina de abacate	Bolo de maçã Suco de polpa de fruta	Banana picada c/ aveia e leite em pó	Inhame cozido Leite c/ cacau em pó	Biscoito Suco de polpa de fruta
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30	Arroz Feijão Omelete de legumes: cenoura, batata, tomate Sobremesa: melancia	Arroz Feijão Farofa de frango em cubos Quibebe de abóbora e cebolinha verde Sobremesa: goiaba	Macarrão ao molho de carne desfiada Batata em cubos cozida ao vinagrete Sobremesa: abacaxi	Arroz Feijão Frango c/ cenoura Salada: tomate e pepino Sobremesa: banana	Arroz c/ carne moída e cheiro verde Feijão Salada crua: repolho e beterraba Sobremesa: maçã
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	Energia (Kcal)	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		82g	21g	12g	
		64%	17%	20%	

**O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra de frutas e verduras, intercorrências diversas, ou ainda, para melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade).**

Este cardápio deve ser fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 6/2020.

\*\* Será publicado no Portal da Transparência Municipal disponibilizando para consulta.

**OBSERVAÇÕES:**

- As frutas que sobraem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- O cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidades ou intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas com autorização da nutricionista, por alimentos do mesmo grupo alimentar, sem prejuízo no valor nutricional;
- Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FNDE nº 6/2020 e nº 20/2020);
- 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 do CMEI.
- Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas com adaptações deste cardápio fornecido pela Nutricionista.
- Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Municipal de Afonso Cláudio.

**ATENÇÃO:**

É **PROIBIDA** a oferta de ultraprocessados, açúcar, mel, melado e/ou adoçantes para crianças de até 03 anos de idade. (Resolução CD/FNDE nº 6/2020)

Elaborado pela Nutricionista DUSNELDA NIKEL.

CRN: 9-81002358

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE AFONSO CLÁUDIO/ES - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - EDUCAÇÃO INFANTIL (CRECHE)**

**Modalidade: PRÉ-ESCOLA E MATERNAL I e II - (02 a 05 anos)**

**Período: Vespertino**

	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b>
	<b>02/02/2026</b>	<b>03/02/2026</b>	<b>04/02/2026</b>	<b>05/02/2026</b>	<b>06/02/2026</b>
<b>JANTAR</b> Horário: 14:30	<b>PL/FPM</b>	Bolo de banana Leite c/ cacau em pó Sobremesa: goiaba	Macarrão ao molho Carne em cubos c/ batata Salada: tomate Sobremesa: mamão	Arroz Feijão Omelete de abobrinha Salada: tomate e pepino Sobremesa: banana	Arroz temperado: frango e cenoura Feijão Salada: repolho branco e cheiro verde Sobremesa: melancia
	<b>09/02/2026</b>	<b>10/02/2026</b>	<b>11/02/2026</b>	<b>12/02/2026</b>	<b>13/02/2026</b>
<b>JANTAR</b> Horário: 14:30	Arroz Feijão Purê de batata recheio c/ carne moída Salada: repolho bicolor	Pãozinho caseiro de abóbora c/ manteiga Leite c/ cacau em pó Sobremesa: banana	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Arroz Tutu de feijão c/ ovos Vinagrete Sobremesa: goiaba	Macarrão ao alho e óleo Feijão Músculo c/ cenoura, cebola e pimentão Salada: pepino Sobremesa: abacaxi
	<b>16/02/2026</b>	<b>17/02/2026</b>	<b>18/02/2026</b>	<b>19/02/2026</b>	<b>20/02/2026</b>
<b>JANTAR</b> Horário: 14:30	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Arroz Feijão Ovos mexidos	Arroz Estrogonofe nutritivo de frango Salada cozida: batata, cenoura e chuchu
	<b>23/02/2026</b>	<b>24/02/2026</b>	<b>25/02/2026</b>	<b>26/02/2026</b>	<b>27/02/2026</b>
<b>JANTAR</b> Horário: 14:30	Arroz Feijão Omelete de legumes: cenoura, batata, tomate Sobremesa: melancia	Arroz Feijão Farofa de frango em cubos Quibebe de abóbora e cebolinha verde Sobremesa: goiaba	Macarrão ao molho de carne desfiada Batata em cubos cozida ao vinagrete Sobremesa: mamão	Arroz Feijão Frango c/ cenoura Salada: tomate e pepino Sobremesa: banana	Pãozinho caseiro de inhame c/ patê de frango Suco Sobremesa: maçã

**O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra de frutas e verduras, intercorrências diversas, ou ainda, para melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade).**

**Este cardápio deve ser fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 6/2020.**

**\*\* Será publicado no Portal da Transparência Municipal disponibilizando para consulta.**

**OBSERVAÇÕES:**

- As frutas que sobraem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- O cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidades ou intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas com autorização da nutricionista, por alimentos do mesmo grupo alimentar, sem prejuízo no valor nutricional;
- Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FNDE nº 6/2020 e nº 20/2020);
- 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 do CMEI.
- Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas com adaptações deste cardápio fornecido pela Nutricionista.
- Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Municipal de Afonso Cláudio.

**ATENÇÃO:**

É **PROIBIDA** a oferta de ultraprocessados, açúcar, mel, melado e/ou adoçantes para crianças de até 03 anos de idade. (Resolução CD/FNDE nº 6/2020)

Elaborado pela Nutricionista DUSNELDA NIKEL.

CRN: 9-81002358

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE AFONSO CLÁUDIO/ES - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL (EMEF Augusta Lamas D'Ávila)**

**Modalidade: EJA (Acima de 15 anos)**

**Período: Noturno**

	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b>
	<b>02/02/2026</b>	<b>03/02/2026</b>	<b>04/02/2026</b>	<b>05/02/2026</b>	<b>06/02/2026</b>
<b>JANTAR</b> Horário: 19:00	<b>PL/FPM</b>	Arroz Feijão Carne moída c/ batata Salada: repolho Sobremesa: melancia	Macarrão ao molho Carne em cubos c/ batata Salada: repolho, salsa e cebolinha Sobremesa: goiaba	Arroz Feijão Omelete c/ abobrinha Salada: tomate e pepino Sobremesa: banana	Arroz Feijão Frango em cubinhos empanados Salada
	<b>09/02/2026</b>	<b>10/02/2026</b>	<b>11/02/2026</b>	<b>12/02/2026</b>	<b>13/02/2026</b>
<b>JANTAR</b> Horário: 19:00	Pão caseiro c/ carne moída Suco Fruta	Arroz Feijão Frango ensopado c/ cheiro verde Salada cozida: brócolis, cenoura, chuchu Sobremesa: banana	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Arroz Feijão Escondidinho de batata c/ carne moída Salada: tomate e abobrinha cozida	Canjiquinha, frango, inhame, cenoura, pimentão e abóbora Sobremesa: maçã
	<b>16/02/2026</b>	<b>17/02/2026</b>	<b>18/02/2026</b>	<b>19/02/2026</b>	<b>20/02/2026</b>
<b>JANTAR</b> Horário: 19:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Polenta Feijão Frango ensopado Salada	Pãozinho caseiro c/ carne Suco
	<b>23/02/2026</b>	<b>24/02/2026</b>	<b>25/02/2026</b>	<b>26/02/2026</b>	<b>27/02/2026</b>
<b>JANTAR</b> Horário: 19:00	Sopa de macarrão, legumes, carne moída	Arroz temperado: frango, cenoura, vagem Feijão Salada: repolho bicolor Sobremesa: fruta	Polenta c/ carne moída Salada Fruta	Arroz Feijão Frango em cubos refogados Sobremesa: fruta	Pão integral de cebola c/ patê de frango e cenoura ralada Suco Fruta
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>		<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
	451,85		58g	15g	25g
			59%	18%	23%

**O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra de frutas e verduras, intercorrências diversas, ou ainda, para melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade).**

**Este cardápio deve ser fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 6/2020.**

**\*\* Será publicado no Portal da Transparência Municipal disponibilizando para consulta.**

**OBSERVAÇÕES:**

- O cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidades ou intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas com autorização da nutricionista, por alimentos do mesmo grupo alimentar, sem prejuízo no valor nutricional;
- Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FNDE nº 6/2020 e nº 20/2020);
- 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.
- Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas com adaptações deste cardápio fornecido pela Nutricionista.
- Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Municipal de Afonso Cláudio.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE AFONSO CLÁUDIO/ES - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL**

Modalidade: PRÉ-ESCOLA, Anos Iniciais e Finais - (04 a 14 anos)

Período: Matutino e Vespertino

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:30	<b>PL/FPM</b>	Arroz Feijão Carne moída c/ batata Salada: repolho Sobremesa: melancia	Macarrão ao molho Carne em cubos c/ abóbora Salada: repolho, salsa e cebolinha Sobremesa: goiaba	Arroz Feijão Omelete c/ abobrinha Salada: tomate e pepino Sobremesa: banana	Arroz Feijão Frango em cubinhos Salada
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:30	Macarrão c/ carne moída Feijão Salada	Arroz Feijão Frango desfiado c/ legumes Sobremesa: melancia	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa de frango assada Vinagrete	Macarrão ao alho e óleo Feijão Picadinho c/ cenoura, cebola, pimentão Salada: pepino
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:30	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Arroz Feijão Omelete Salada: legumes	Arroz Estrogonofe nutritivo de frango Salada cozida: batata, cenoura, chuchu
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:30	Arroz Feijão Omelete de legumes: cenoura, batata, tomate	Arroz Feijão Farofa de frango em cubos Quibebe de abóbora e cebolinha verde	Macarrão ao molho de carne desfiada Batata em cubos cozida ao vinagrete Sobremesa: melancia	Arroz Feijão Frango c/ cenoura Salada: tomate e pepino Sobremesa: banana	Arroz c/ carne moída e cheiro verde Feijão Salada crua: repolho e beterraba

**O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra de frutas e verduras, intercorrências diversas, ou ainda, para melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade).**

**Este cardápio deve ser fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 6/2020.**

**\*\* Serรก publicado no Portal da Transparência Municipal disponibilizando para consulta.**

**OBSERVAÇÕES:**

- As frutas que sobraem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- O cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidades ou intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas com autorização da nutricionista, por alimentos do mesmo grupo alimentar, sem prejuízo no valor nutricional;
- Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FN DE nº 6/2020 e nº 20/2020);
- 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.
- Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas com adaptações deste cardápio fornecido pela Nutricionista.
- Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Municipal de Afonso Cláudio.

Elaborado pela Nutricionista DUSNELDA NIKEL.

CRN: 9-81002358

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE AFONSO CLÁUDIO/ES - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL (EMEIEFTI Abrahão Saleme)**

**Modalidade: Pré-Escola e Anos Iniciais - (05 a 10 anos)**

**Período: Integral**

	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b>
	<b>02/02/2026</b>	<b>03/02/2026</b>	<b>04/02/2026</b>	<b>05/02/2026</b>	<b>06/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	<b>PL/FPM</b>	Biscoito Leite c/ café	Pãozinho caseiro c/ requeijão Leite c/ cacau em pó	Biscoito Leite c/ cacau em pó	Bolo Suco de polpa
<b>LANCHE</b> Horário: 9:00	<b>PL/FPM</b>	Pãozinho caseiro c/ manteiga Leite c/ cacau em pó	Bolo de banana Suco de polpa	Canjiquinha Goiaba	Pãozinho caseiro c/ ovos mexidos Suco
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30	<b>PL/FPM</b>	Arroz Feijão Carne moída c/ batata Salada: repolho	Arroz Feijão Estrogonofe Salada: tomate	Polenta ao molho de carne desfiada Feijão Salada: pepino e cebola	Arroz Feijão Carne moída Salada: tomate e salsinha
<b>LANCHE</b> Horário: 14:00	<b>PL/FPM</b>	Melancia	Goiaba	Banana	Biscoito
	<b>09/02/2026</b>	<b>10/02/2026</b>	<b>11/02/2026</b>	<b>12/02/2026</b>	<b>13/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	Biscoito Leite c/ cacau em pó	Biscoito Suco de polpa de manga	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Biscoito Leite queimado	Inhame cozido Leite c/ cacau em pó
<b>LANCHE</b> Horário: 9:00	Pão francês c/ manteiga Leite c/ cacau em pó	Macarrão c/ ovos e tempero verde	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Pãozinho caseiro c/ patê de frango Suco	Biscoito Leite Fruta
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30	Arroz Tutu de feijão c/ ovos Vinagrete	Arroz temperado: frango e cenoura Feijão Salada: repolho branco e cheiro verde	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Polenta ao molho de frango Feijão Salada: beterraba em cubos cozida e cebolinha verde	Arroz Feijão Isca bovina c/ cenoura, cebola e pimentão Salada: pepino
<b>LANCHE</b> Horário: 14:00	Biscoito Fruta	Banana	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Melancia	Bolo
	<b>16/02/2026</b>	<b>17/02/2026</b>	<b>18/02/2026</b>	<b>19/02/2026</b>	<b>20/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Biscoito Leite c/ cacau em pó	Banana da terra cozida Suco de polpa de abacaxi
<b>LANCHE</b> Horário: 9:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Arroz Omelete Ovos cozidos ou ovos mexidos	Polenta c/ carne moída
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Arroz Feijão Farofa de carne em cubos Salada: tomate, abobrinha em cubos cozida e salsinha	Arroz Estrogonofe nutritivo de frango Salada cozida: batata, cenoura, chuchu
<b>LANCHE</b> Horário: 14:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Biscoito	Biscoito
	<b>23/02/2026</b>	<b>24/02/2026</b>	<b>25/02/2026</b>	<b>26/02/2026</b>	<b>27/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	Biscoito Suco de polpa	Biscoito Leite c/ cacau em pó	Bolo de Fubá Leite c/ cacau em pó	Pãozinho caseiro Leite c/ cacau em pó	Biscoito Suco de polpa
<b>LANCHE</b> Horário: 9:00	Pão francês Vitamina de polpa de goiaba	Arroz colorido	Biscoito Leite Maçã	Pãozinho caseiro de abóbora c/ requeijão Suco Fruta	Bolo salgado c/ frango desfiado Suco
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30	Arroz Feijão	Macarrão ao alho e óleo Feijão	Arroz Feijão	Arroz Feijão	Arroz c/ carne moída e cheiro verde Feijão

	Polenta c/ carne moída Salada: repolho bicolor	Omelete c/ cenoura Salada: tomate e cheiro verde	Isca bovina Salada: alface e pepino	Frango c/ cenoura Salada: tomate e pepino	Salada crua: repolho e beterraba
<b>LANCHE</b> <b>Horário: 14:00</b>	Fruta	Fruta	logurte	Biscoito	Bolo
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>	
		168g	51g	32g	
		59%	18%	25%	
1152,82					

**O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra de frutas e verduras, intercorrências diversas, ou ainda, para melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade).**

**Este cardápio deve ser fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 6/2020.**

**\*\* Será publicado no Portal da Transparência Municipal disponibilizando para consulta.**

**OBSERVAÇÕES:**

- As frutas que sobraem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- O cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidades ou intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas com autorização da nutricionista, por alimentos do mesmo grupo alimentar, sem prejuízo no valor nutricional;
- Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FNDE nº 6/2020 e nº 20/2020);
- 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.
- Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas com adaptações deste cardápio fornecido pela Nutricionista.
- Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Municipal de Afonso Cláudio.

Elaborado pela Nutricionista DUSNELDA NIKEL.

CRN: 9-81002358

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE AFONSO CLÁUDIO/ES - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - EMEIEFTI (EMEIEFTI Fortaleza e EMEIEFTI Fazenda Henrique Zambom)**

**Modalidade: Pré-Escola, Anos Iniciais e Finais - (04 a 14 anos)**

**Período: Integral**

	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b>
	<b>02/02/2026</b>	<b>03/02/2026</b>	<b>04/02/2026</b>	<b>05/02/2026</b>	<b>06/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	PL/FPM	Biscoito Leite c/ café	Pãozinho caseiro c/ requeijão Leite c/ cacau em pó	Biscoito Leite c/ cacau em pó	Bolo Suco de polpa
<b>LANCHE</b> Horário: 9:00	PL/FPM	Pãozinho caseiro c/ manteiga Leite c/ cacau em pó	Bolo de banana Suco de polpa	Biscoito Goiaba	Pãozinho caseiro c/ ovos mexidos Suco
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30	PL/FPM	Arroz Feijão Carne moída c/ batata Salada: repolho	Arroz Feijão Estrogonofe Salada: tomate	Polenta ao molho e isca bovina Feijão Salada: pepino e cebola	Arroz Feijão Carne moída Salada: tomate e salsinha
<b>LANCHE</b> Horário: 14:00	PL/FPM	Melancia	Goiaba	Banana	Biscoito
	<b>09/02/2026</b>	<b>10/02/2026</b>	<b>11/02/2026</b>	<b>12/02/2026</b>	<b>13/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	Biscoito Leite c/ cacau em pó	Biscoito Suco de polpa de manga	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Biscoito Leite queimado	Inhame cozido Leite c/ cacau em pó
<b>LANCHE</b> Horário: 9:00	Biscoito Leite c/ cacau em pó	Pão francês c/ manteiga	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Pãozinho caseiro Suco	Biscoito Leite Fruta
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30	Arroz Tutu de feijão c/ ovos Vinagrete	Arroz temperado: frango e cenoura Feijão Salada: repolho branco, cheiro verde	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Polenta ao molho carne moída Feijão Salada: beterraba em cubos cozida, cebolinha verde	Arroz Feijão Omelete Salada: pepino
<b>LANCHE</b> Horário: 14:00	Biscoito Fruta	Banana	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Melancia	Bolo
	<b>16/02/2026</b>	<b>17/02/2026</b>	<b>18/02/2026</b>	<b>19/02/2026</b>	<b>20/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Biscoito Leite c/ cacau em pó	Banana da terra cozida Suco de polpa de abacaxi
<b>LANCHE</b> Horário: 9:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Biscoito Suco	Pãozinho caseiro Suco
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Arroz Feijão Omelete	Arroz Feijão Frango desfiado Salada
<b>LANCHE</b> Horário: 14:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Biscoito	Biscoito
	<b>23/02/2026</b>	<b>24/02/2026</b>	<b>25/02/2026</b>	<b>26/02/2026</b>	<b>27/02/2026</b>
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	Biscoito Suco	Pão caseiro Leite c/ café	Bolo de Fubá Leite c/ cacau em pó	Pãozinho caseiro Leite c/ cacau	Biscoito Suco de polpa
<b>LANCHE</b> Horário: 9:00	Biscoito	Pão francês Vitamina de polpa de goiaba	Biscoito Maçã	Pãozinho caseiro de abóbora c/ requeijão Suco Fruta	Biscoito Suco
<b>ALMOÇO</b> Horário: 11:30	Arroz Feijão Ovos cozidos Salada	Macarrão ao alho e óleo Feijão Carne em cubos c/ cenoura Salada: tomate, cheiro verde	Arroz c/ frango Feijão Purê de aipim Salada: alface e pepino	Arroz Feijão Coxa de frango assada Salada: tomate e pepino	Arroz c/ carne moída e cheiro verde Feijão Salada crua: repolho e beterraba

LANCHE Horário: 14:00	Fruta	Fruta	logurte	Biscoito	Bolo
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		168g	51g	32g	
		59%	18%	25%	

**O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra de frutas e verduras, intercorrências diversas, ou ainda , para melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade).**

**Este cardápio deve ser fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 6/2020.**

**\*\* Será publicado no Portal da Transparência Municipal disponibilizando para consulta.**

**OBSERVAÇÕES:**

- As frutas que sobraem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- O cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidades ou intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas com autorização da nutricionista, por alimentos do mesmo grupo alimentar, sem prejuízo no valor nutricional;
- Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FNDE nº 6/2020 e nº 20/2020);
- 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.
- Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas com adaptações deste cardápio fornecido pela Nutricionista.
- Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Municipal de Afonso Cláudio.

Elaborado pela Nutricionista DUSNELDA NIKEL.

CRN: 9-81002358

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE AFONSO CLÁUDIO/ES - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - COM DESJEJUM**

(EMEF Hilda Corrêa Lemos, EMEIEF Gumercindo Lacerda e EMEIEF Patrimônio dos Gonçalves)

Modalidade: Pré-Escola, Anos Iniciais e Finais - (04 a 14 anos)

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	PL/FPM	Biscoito sequilhos Leite c/ café	Pão caseiro de cenoura Leite queimado	Biscoito de polvilho Suco de polpa de fruta	Bolo de banana Leite c/ cacau em pó
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30	PL/FPM	Arroz Feijão Carne moída c/ batata Salada: tomate Sobremesa: melancia	Macarrão ao molho Carne em cubos c/ batata Salada: repolho, salsa e cebolinha Sobremesa: goiaba	Arroz Feijão Omelete c/ abobrinha Salada: pepino Sobremesa: banana	Arroz Feijão Frango em cubinhos empanado Salada
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	Biscoito Leite	Pãozinho francês c/ manteiga Leite c/ café	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Pãozinho caseiro c/ manteiga Leite	Biscoito Vitamina de fruta
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30	Macarrão c/ carne moída Feijão Salada	Arroz Feijão Frango desfiado c/ legumes Sobremesa: melancia	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Arroz Feijão Ovos cozidos Vinagrete	Macarrão ao alho e óleo Feijão Picadinho c/ cenoura, cebola, pimentão Salada: pepino
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Biscoito Suco de polpa de fruta	Pãozinho caseiro Leite c/ cacau em pó
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Arroz Feijão Omelete Salada: legumes	Arroz Estrogonofe nutritivo de frango Salada cozida: batata, cenoura, chuchu
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
<b>DESJEJUM</b> Horário: 7:00	Biscoito Vitamina de abacate	Bolo simples Suco de polpa de fruta	Banana picada c/ aveia e leite em pó	Inhame cozido Leite c/ cacau em pó	Biscoito Suco de polpa de fruta
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30	Arroz Feijão Omelete de legumes: cenoura, batata e tomate	Arroz Feijão Farofa de frango em cubos Quibebe de abóbora e cebolinha verde Sobremesa: melancia	Macarrão ao molho de carne desfiada Batata em cubos cozida ao vinagrete Sobremesa: banana	Arroz Feijão Coxa e sobrecoxa de frango assada Salada: tomate e pepino Sobremesa: goiaba	Arroz c/ carne moída e cheiro verde Feijão Salada crua: repolho e beterraba
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	519,79		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			82g	22g	12g
			64%	17%	21%

**O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra de frutas e verduras, intercorrências diversas, ou ainda, para melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade).**

Este cardápio deve ser fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 6/2020.

\*\* Será publicado no Portal da Transparência Municipal disponibilizando para consulta.

**OBSERVAÇÕES:**

- As frutas que sobraem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- O cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidades ou intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas com autorização da nutricionista, por alimentos do mesmo grupo alimentar, sem prejuízo no valor nutricional;
- Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FN DE nº 6/2020 e nº 20/2020);
- 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.
- Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas com adaptações deste cardápio fornecido pela Nutricionista.
- Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Municipal de Afonso Cláudio.

Elaborado pela Nutricionista DUSNELDA NIKEL.

CRN: 9-81002358

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE AFONSO CLÁUDIO/ES - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - MULTISSERIADAS (UNIDOCENTES E PLURIDOCENTES)**

Modalidade: Pré-Escola e Anos Iniciais - (04 a 10 anos)

Período: Matutino e Vespertino

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:30	<b>PL/FPM</b>	Macarrão c/ carne moída Salada: tomate e pepino Fruta: melancia	Arroz temperado: carne moída e cenoura Feijão Salada: repolho branco, cheiro verde	Polenta ao molho de carne moída Salada: pepino Fruta	Pãozinho caseiro de cenoura c/ recheio de frango desfiado Suco
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:30	Arroz Feijão Omelete	Macarrão ao molho branco Carne moída c/ cenoura Salada: tomate, cheiro verde Sobremesa: banana	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	Arroz Tutu de feijão c/ ovos Salada	Arroz Feijão Purê de batata recheio c/ carne moída Salada: repolho bicolor
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:30	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO DE CARNAVAL</b>	<b>FERIADO DE CINZAS</b>	Arroz Feijão Carne moída Salada	Pãozinho caseiro c/ manteiga Leite c/ cacau em pó
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
<b>ALMOÇO</b> Horário: 9:30 <b>JANTAR</b> Horário: 14:30	Macarrão c/ legumes e carne moída	Arroz Feijão Frango desfiado Salada: alface e tomate Sobremesa: fruta	Arroz Feijão Carne moída Salada: legumes	Arroz Tutu de feijão c/ ovos Banana da terra Sobremesa: fruta	Pãozinho caseiro c/ manteiga Leite Iogurte

**O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra de frutas e verduras, intercorrências diversas, ou ainda, para melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade).**

Este cardápio deve ser fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 6/2020.

\*\* Será publicado no Portal da Transparência Municipal disponibilizando para consulta.

**OBSERVAÇÕES:**

- As frutas que sobraem também podem ser servidas como sobremesa na Refeição Principal (Almoço/Jantar);
- O cardápio poderá sofrer alterações com relação aos hortifrutis pelo grau de maturação, excepcionalidades ou intercorrências com as entregas;
- O uso dos HORTIFRUTIS deve ocorrer de acordo com a data de recebimento e perecibilidade, não sendo considerado como alteração de cardápio;
- As substituições são permitidas com autorização da nutricionista, por alimentos do mesmo grupo alimentar, sem prejuízo no valor nutricional;
- Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo Programa Nacional de Alimentação Escolar / FNDE (Resolução CD/FN DE nº 6/2020 e nº 20/2020);
- 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.
- Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas com adaptações deste cardápio fornecido pela Nutricionista.
- Este cardápio é de uso exclusivo das unidades escolares da Prefeitura de Municipal de Afonso Cláudio.

Elaborado pela Nutricionista DUSNELDA NIKEL.

CRN: 9-81002358