

CARDÁPIO PRÉ ESCOLA VESPERTINO - ABRIL/ MAIO 2026

06/abr	07/abr	08/abr	09/abr	10/abr			
Arroz/ Caldo de Feijão com Carne Moída/ Fruta (Maçã)	Sopa de Macarrão Letrinha com Frango Desfiado, Cenoura e Inhame	Canjiquinha com Carne Moída, Tomate e Couve/ Fruta (Banana)	Bolo de Aveia e Banana/ Vitamina de Polpa/ Fruta (Maçã)	Macarrão Espaguete ao Molho de Tomate e Frango Desfiado/ Fruta (Mamão)			
	Energia (Kcal)	Carboidratos - 55% a 65% do VET		Lipídeo - 15% a 30% do VET			
Média da Semana	216	37g	55%	8g	12%	5g	14%
13/abr	14/abr	15/abr	16/abr	17/abr			
FERIADO	Sopa de Macarrão Padre Nosso com Carne Moída, Chuchu e Batata	Arroz/ Feijão/ Frango Ensopado com Cenoura/ Fruta (Pera)	Bolo com Uva Passa/ Leite (sem açúcar)/ Fruta (Manga)	Canjiquinha com Carne Moída e Tomate/ Fruta (Mamão)			
	Energia (Kcal)	Carboidratos - 55% a 65% do VET		Lipídeo - 15% a 30% do VET			
Média da Semana	186	30g	45%	7g	10%	4g	8%
20/abr	21/abr	22/abr	23/abr	24/abr			
Arroz/ Caldo de Aipim com Frango Desfiado e Couve/ Fruta (Melão)	FERIADO	Arroz/ Feijão/ Creme de Inhame com Frango Desfiado e Tomate/ Salada de Alface/ Fruta (Banana)	Bolo de Aveia com Banana (sem açúcar)/ Leite (sem açúcar)	Canjiquinha com Frango Desfiado e Tomate/ Fruta (Mamão)			
	Energia (Kcal)	Carboidratos - 55% a 65% do VET		Lipídeo - 15% a 30% do VET			
Média da Semana	175	29g	42%	6g	10%	4g	8%
27/abr	28/abr	29/abr	30/abr	01/mai			
Macarrão Parafuso com Frango Desfiado, Chuchu e Molho de Tomate	Arroz/ Feijão/ Carne Moída Ensopada com Batata Doce/ Salada de Cenoura	Arroz/ Moqueca de Peixe/ Purê de Batata/ Fruta (Pera)	Bolo de Aveia com Maçã (sem açúcar)/ Leite (sem açúcar)	FERIADO			
	Energia (Kcal)	Carboidratos - 55% a 65% do VET		Lipídeo - 15% a 30% do VET			
Média da Semana	175	27g	39%	7g	10%	5g	9%

Observações:

- Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade da equipe técnica de nutrição
- Os valores percentuais contidos no cardápio correspondem a adequação, de acordo com os valores preconizados pelo FNDE, para a faixa etária correspondente.


Daniela N. de Rezende Tavares
Nutricionista 06 100 125