

CARDÁPIO UNIPLURI - MAIO 2026

04/mai	05/mai		06/mai		07/mai		08/mai	
Farofa de Arroz com Frango Desfiado, Cenoura e Banana da Terra/ Feijão	Macarrão com Molho de Carne Moída e Tomate/ Salada de Couve / Fruta (Melancia)		Arroz/ Escondidinho de Aipim com Frango Desfiado/ Fruta (Maçã)		Arroz Misturado com Carne Moída e Cenoura/ Feijão		Bolo Simples/ Leite/ Café	
	Energia (Kcal)		Carboidratos - 55% a 65% do VET		Proteína - 10% a 15% do VET		Lipídeo - 15% a 30% do VET	
Média da Semana Pré Escola	323	120%	55g	81%	10g	15%	7g	14%
Média da Semana Fundamental II	414	126%	68g	84%	14g	17%	10g	16%
11/mai	12/mai		13/mai		14/mai		15/mai	
Macarrão ao Molho de Carne Moída, Tomate e Cenoura	Pão Caseiro/ Leite/ Café		Arroz com Frango Desfiado/ Salada de Alface e Tomate/ Fruta (Banana)		Arroz/ Feijão Tropeiro (Banana da Terra, Ovo, Linguíça, Couve)/ Salada de Tomate e Repolho		Polenta com Molho de Carne Moída, Couve e Tomate/ Fruta (Banana)	
	Energia (Kcal)		Carboidratos - 55% a 65% do VET		Proteína - 10% a 15% do VET		Lipídeo - 15% a 30% do VET	
Média da Semana Pré Escola	282	105%	51g	75%	9g	13%	6g	11%
Média da Semana Fundamental I	370	113%	65g	79%	12g	15%	8g	13%
18/mai	19/mai		20/mai		21/mai		22/mai	
Arroz/ Frango Desfiado com Molho Branco/ Salada de Cenoura / Fruta (Melancia)	Arroz/ Tutu de Feijão/ Carne de Porco com Molho de Tomate e Batata		Arroz/ Feijão/ Frango Desfiado com Abóbora/ Salada de Tomate e Pepino		Macarrão com Molho de Carne Moída e Tomate/ Fruta (Maçã)		Bolo de Cenoura/ Leite Queimado	
	Energia (Kcal)		Carboidratos - 55% a 65% do VET		Proteína - 10% a 15% do VET		Lipídeo - 15% a 30% do VET	
Média da Semana Pré Escola	269	100%	43g	64%	10g	14%	7g	12%
Média da Semana Fundamental I	372	113%	59g	72%	14g	17%	9g	15%
25/mai	26/mai		27/mai		28/mai		29/mai	
Sopa de Macarrão com Carne Moída e Cenoura	Pão Caseiro com Margarina/ Leite / Café		Arroz/ Feijão Tropeiro (Banana da Terra, Ovo, Linguíça, Couve)/ Salada de Alface		Arroz/ Feijão/ Carne Moída com Cenoura/ Fruta (Banana)		Arroz/ Pirão com Peixe/ Salada de Couve e Tomate/ Fruta (Banana)	
	Energia (Kcal)		Carboidratos - 55% a 65% do VET		Proteína - 10% a 15% do VET		Lipídeo - 15% a 30% do VET	
Média da Semana Pré Escola	282	104%	48g	70%	9g	14%	6g	12%
Média da Semana Fundamental I	387	118%	63g	77%	13g	16%	10g	16%

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.