

CARDÁPIO EMEF - ABRIL/ MAIO 2026

06/abr	07/abr	08/abr	09/abr	10/abr
Macarrão ao Molho de Carne Moída com Tomate e Cenoura	Biscoito Salgado/ Vitamina de Polpa	Arroz/ Feijão Tropeiro (Banana da Terra, Ovo, Couve)/ Salada de Alface	Polenta com Molho de Carne Moída, Tomate e Couve/ FRUTA (Banana)	Arroz/ Bobó (aipim) com Frango Desfiado e Tomate/ FRUTA (Banana)
	Energia (Kcal)		Proteína - 10% a 15% do VET	
Média da Semana Pré Escola	282	104%	51g	76%
Média da Semana Fundamental I	374	114%	65g	80%
Média da Semana Fundamental II	470	99%	80g	68%
			16g	13%
				10g
				11%
13/abr	14/abr	15/abr	16/abr	17/abr
FERIADO	Macarrão com Molho de Frango Desfiado e Tomate/ Salada de Repolho e Cenoura	Arroz/ Feijão/ Carne Moída com Aipim/ Fruta (Melancia)	Arroz/ Estrogonofe de Frango/ Salada de Batata e Cenoura	Pão Caseiro/ Suco de Polpa/ Fruta (Maçã)
	Energia (Kcal)		Proteína - 10% a 15% do VET	
Média da Semana Pré Escola	252	93%	45g	66%
Média da Semana Fundamental I	387	118%	64g	79%
Média da Semana Fundamental II	508	107%	84g	71%
			18g	15%
				11g
				13%
20/abr	21/abr	22/abr	23/abr	24/abr
Arroz/ Tutu de Feijão/ Carne Moída com Abóbora	FERIADO	Arroz/ Feijão/ Frango em Cubos Ensopado com Batata/ Salada de Alface/ Fruta (Banana)	Canjiquinha com Carne Moída, Couve e Tomate/ Fruta (Banana)	Arroz/ Farofa com Frango Desfiado, Cenoura e Banana da Terra/ Salada de Tomate e Pepino
	Energia (Kcal)		Proteína - 10% a 15% do VET	
Média da Semana Pré Escola	246	91%	44g	64%
Média da Semana Fundamental I	321	97%	52g	63%
Média da Semana Fundamental II	399	84%	62g	52%
			16g	13%
				10g
				15%
				11%
27/abr	28/abr	29/abr	30/abr	01/mai
Arroz/ Caldo Verde (Batata e Couve) com Frango Desfiado	Arroz Colorido com Cenoura/ Feijão/ Carne Moída com Inhame	Macarrão com Molho Branco e Frango Desfiado/ Fruta (Melancia)	Arroz/ Farofa com Couve e Carne de Porco/ Suco de Polpa	FERIADO
	Energia (Kcal)		Proteína - 10% a 15% do VET	
Média da Semana Pré Escola	243	90%	41g	60%
Média da Semana Fundamental I	362	110%	57g	70%
Média da Semana Fundamental II	506	107%	79g	67%
			20g	17%
				12g
				13%

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