

CARDÁPIO UNIPLURI INTEGRAL - ABRIL 2026

	06/abr	07/abr	08/abr	09/abr	10/abr				
RECREIO	Biscoito Salgado/ Leite/ Café	Pão Caseiro Farofa/ Leite/ Café	Pão Caseiro com Manteiga/ Leite/ Café	Biscoito Caseiro/ Leite Queimado/ Fruta (Pera)	Bolo Simples/ Leite/ Café/ Fruta (Manga)				
ALMOÇO	Arroz/ Feijão/ Frango ao Molho de Tomate/ Batata Doce Conada	Arroz/ Tutu de Feijão/ Ovos Mexidos com Chuchu	Arroz/ Feijão/ Carne Isca Acebolada com Cenoura/ Salada de Repolho	Arroz/ Feijão/ Carne Moída/ Salada de Pepino	Arroz/ Feijão/ Farofa com Frango Desfiado, Couve e Banana da Terra/ Salada de Beterraba				
LANCHE	Pão Caseiro Farofa/ Leite/ Café	Bolo de Fubá/ Leite/ Café	Pão Caseiro/ Leite Queimado/ Fruta (Melão)	Bolo Simples/ Suco de Polpa	Mix de Frutas (Melancia e Melão)				
	MÉDIA SEMANAL	Energia (Kcal)		Carboidratos - 55% a 65% do VET		Proteína - 10% a 15% do VET		Lipídeo - 15% a 30% do VET	
	Fundamental I	1168,0	100%	181,0	63%	41,0	14%	32,0	15%

	13/abr	14/abr	15/abr	16/abr	17/abr				
RECREIO	FERIADO	Biscoito Salgado/ Vitamina de Polpa	Pão Caseiro com Manteiga/ Leite/ Café	Pão Caseiro com Doce de Banana/ Leite/ Café	Bolo de Fubá/ Leite Queimado/ / Fruta (Maçã)				
ALMOÇO	FERIADO	Arroz/ Estrogonofe de Frango/ Batata Assada	Arroz/ Feijão/ Omelete com Abobrinha	Arroz/ Feijão/ Farofa com Cenoura e Carne de Porco Desfiada/ Salada de Alface e Pepino	Arroz/ Feijão/ Carne Moída com Chuchu/ Salada de Couve e Tomate				
LANCHE	FERIADO	Mix de Frutas (Banana e Maçã)	Bolo de Cenoura/ Suco de Polpa	Salada de Frutas (banana, mamão e maçã) com Leite em Pó	Canjicão				
	MÉDIA SEMANAL	Energia (Kcal)		Carboidratos - 55% a 65% do VET		Proteína - 10% a 15% do VET		Lipídeo - 15% a 30% do VET	
	Fundamental I	813,3	70%	126g	43%	29g	10%	23g	11%



CARDÁPIO UNIPLURI INTEGRAL - ABRIL/ MAIO 2026

	20/abr	21/abr	22/abr	23/abr	24/abr
RECREIO	Biscoito Caseiro/ Leite/ Café/ Fruta (Banana)	FERIADO	Biscoito Salgado/ Leite/ Café	Pão Caseiro com Doce de Banana/ Leite/ Café/ Fruta (Melancia)	Bolo Simples/ Leite Queimado
ALMOÇO	Arroz/ Tutu de Feijão/ Omelete com Chuchu	FERIADO	Arroz/ Feijão/ Carne Cubos Ensopada com Inhame	Arroz/ Feijão/ Carne de Porco com Aipim/ Salada Tomate e Pepino	Arroz/ Feijão/ Macarrão com Carne Moída, Cenoura e Tomate/ Salada de Repolho
LANCHE	Pão Caseiro com Manteiga/ Suco de Polpa	FERIADO	Pão Caseiro com Doce de Banana/ Leite/ Café/ Fruta (Melancia)	Biscoito Maisena/ Vitamina de Polpa	Mix de Frutas (Manga e Pera)
MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		Proteína - 10% a 15% do VET	
Fundamental I		1027,0	89%	168g	58%
				Lipídeo - 15% a 30% do VET	
				35g	12%
				25g	12%

	27/abr	28/abr	29/abr	30/abr	01/mai
RECREIO	Biscoito Salgado/ Vitamina de Polpa/ Fruta (Melão)	Bolo de Cenoura/ Leite/ Café	Pão Caseiro com Manteiga/ Leite/ Café/ Fruta (Banana)	Biscoito Rosquinha/ Vitamina de Polpa	FERIADO
ALMOÇO	Arroz/ Feijão/ Ovos Mexidos com Abobrinha	Arroz/ Feijão/ Frango com Cubos Ensopado com Cenoura/ Polenta	Arroz/ Feijão/ Macarrão com Molho de Tomate e Carne Moída	Arroz/ Feijão/ Coxa e Sobrecoxa Assada com Batata/ Salada de Alface e Pepino	FERIADO
LANCHE	Bolo de Cenoura/ Leite/ Café	Pão Caseiro com Manteiga/ Leite Queimado	Mingau de Amido	Mix de Frutas (Banana e Maçã)	FERIADO
MÉDIA SEMANAL		Energia (Kcal)		Proteína - 10% a 15% do VET	
Fundamental I		945,0	82%	149g	52%
				Lipídeo - 15% a 30% do VET	
				33g	12%
				25g	12%

Observações:

- Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade da equipe técnica de nutrição.
- Vamos juntos cuidar das nossas crianças, oferecendo uma alimentação cada vez mais saudável a elas!
- As refeições podem ser alteradas quanto a forma de preparo conforme a aceitabilidade das crianças. Ex.: Verduras misturadas ou separadas.


Daniela N. de Rezende Tavares
Nutricionista 06 100 125