



Prefeitura Municipal de Domingos Martins

Estado do Espírito Santo

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO UNIPLURI - JUNHO/ JULHO 2025

02/jun	03/jun	04/jun	05/jun	06/jun
Farofa de Arroz com Carne Moída e Couve/ Suco de Polpa	Macarrão com Molho de Frango Desfiado e Tomate/ Salada de Repolho e Cenoura	Arroz/ Feijão/ Carne Moída com Aipim/ Fruta (Melancia)	Arroz/ Frango Desfiado com Molho Branco/ Salada de Batata e Cenoura	Pão Caseiro com Margarina/ Leite/ Café/ Fruta (Maçã)
	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média da Semana Pré Escola	281,5 104%	49,3 112%	8,5 101%	5,7 85%
Média da Semana Fundamental I	393,0 19%	65,5 124%	12,6 127%	8,9 109%
09/jun	10/jun	11/jun	12/jun	13/jun
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	FERIADO	Arroz/ Bobó (aipim) com Frango Desfiado e Tomate/ Fruta (Banana)
	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média da Semana Pré Escola	298,8 111%	54,4 124%	8,8 105%	5,6 84%
Média da Semana Fundamental I	393,2 120%	70,4 133%	12,3 123%	7,4 90%
16/jun	17/jun	18/jun	19/jun	20/jun
Arroz Colorido com Cenoura/ Purê de Aipim com Carne Moída	Macarrão com Molho Branco, Frango Desfiado e Tomate/ Suco de Polpa	Arroz/ Tutu de Feijão/ Carne Moída com Abóbora/ Fruta (Melancia)	CORPUS CHRIST	Arroz/ Caldo Verde (Batata e Couve) com Frango Desfiado
	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média da Semana Pré Escola	298,6 111%	51,3 117%	9,0 107%	6,4 95%
Média da Semana Fundamental I	415,0 126%	66,7 126%	13,6 136%	10,2 125%
23/jun	24/jun	25/jun	26/jun	27/jun
Polenta com Molho de Frango Desfiado, Couve e Tomate	Bolo Simples/ Suco de Polpa	Arroz/ Frango em Cubos Ensopado/ Purê de Batata/ Fruta (Banana)	Macarrão com Molho de Carne Moída e Tomate/ Salada de Alface e Cenoura	Arroz/ Feijão/ Farofa com Frango Desfiado e Couve/ Fruta (Banana)
	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média da Semana Pré Escola	289,4 107%	53,7 122%	9,5 113%	4,7 70%
Média da Semana Fundamental I	382,0 116%	67,6 128%	13,8 138%	6,8 82%
30/jun	01/jul	02/jul	03/jul	04/jul
Farofa de Arroz com Frango Desfiado e Banana da Terra / Suco de Polpa	Macarrão com Molho de Carne Moída e Tomate/ Salada de Couve	Arroz/ Escondidinho de Aipim com Frango Desfiado/ Fruta (Melancia)	Arroz Misturado com Carne Moída e Cenoura/ Feijão	FERIADO
	Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídio (g)
Média da Semana Pré Escola	276,5 102%	49,9 114%	8,0 96%	5,0 75%
Média da Semana Fundamental I	383,8 117%	65,3 123%	12,6 126%	7,9 96%

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.