

### CARDÁPIO UNIPLURI INTEGRAL - ABRIL 2026

|         | 06/abr  | 07/abr   | 08/abr  | 09/abr   | 10/abr   |                             |     |                            |     |
|---------|---|--|---|--|--|-----------------------------|-----|----------------------------|-----|
| RECREIO | Farofa de Arroz com Carne Moída e <b>Couve/ Feijão</b>              | Macarrão com Molho de Frango Desfiado e <b>Tomate/ Salada de Repolho e Cenoura</b> | Arroz/ Feijão/ Carne Moída com <b>Aipim/ Fruta (Melancia)</b>             | Pão Caseiro com Margarina/ Suco de Polpa/ Fruta (Maçã) | Arroz/ Estrogonofe de Frango/ Salada de <b>Batata e Cenoura</b>                                |                             |     |                            |     |
| ALMOÇO  | Arroz/ Feijão/ Frango ao Molho de <b>Tomate/ Batata Doce</b> Conada | Arroz/ Tutu de Feijão/ Ovos Mexidos com <b>Chuchu</b>                              | Arroz/ Feijão/ Carne Isca Acebolada com <b>Cenoura/ Salada de Repolho</b> | Arroz/ Feijão/ Carne Moída/ Salada de <b>Pepino</b>    | Arroz/ Feijão/ Farofa com Frango Desfiado, <b>Couve e Banana da Terra/ Salada de Beterraba</b> |                             |     |                            |     |
| LANCHE  | Pão Caseiro Farofa/ Leite/ Café                                     | Bolo de Fubá/ Leite/ Café  | Pão Caseiro/ Leite Queimado/ <b>Fruta (Melão)</b>                         | Bolo Simples/ Suco de Polpa                            | Mix de Frutas ( <b>Melancia e Melão</b> )  |                             |     |                            |     |
|         | <b>MÉDIA SEMANAL</b>  | Energia (Kcal)   |   | Carboidratos - 55% a 65% do VET                        |  | Proteína - 10% a 15% do VET |     | Lipídeo - 15% a 30% do VET |     |
|         | Fundamental I   | 1121,0   | 98%   | 177g   | 61%  | 43g                         | 15% | 27g                        | 13% |

  

|         | 13/abr               | 14/abr   | 15/abr   | 16/abr   | 17/abr   |                             |     |                            |     |
|---------|----------------------|--|--|--|--|-----------------------------|-----|----------------------------|-----|
| RECREIO | <b>FERIADO</b>       | Biscoito Salgado/ Vitamina de Polpa                | Arroz/ Feijão Tropeiro ( <b>Banana da Terra, Ovo, Couve</b> )/ Salada de <b>Alface</b> | Polenta com Molho de Carne Moída, <b>Tomate e Couve/ FRUTA (Banana)</b>                              | Arroz/ Bobó ( <b>aipim</b> ) com Frango Desfiado e <b>Tomate/ FRUTA (Banana)</b> |                             |     |                            |     |
| ALMOÇO  | <b>FERIADO</b>       | Arroz/ Estrogonofe de Frango/ <b>Batata</b> Assada | Arroz/ Feijão/ Omelete com <b>Abobrinha</b>  | Arroz/ Feijão/ Farofa com <b>Cenoura</b> e Carne de Porco Desfiada/ Salada de <b>Alface e Pepino</b> | Arroz/ Feijão/ Carne Moída com <b>Chuchu/ Salada de Couve e Tomate</b>           |                             |     |                            |     |
| LANCHE  | <b>FERIADO</b>       | Bolo de <b>Cenoura/</b> Suco de Polpa              | Mix de Frutas ( <b>Banana e Maçã</b> )   | Salada de Frutas ( <b>banana, mamão e maçã</b> ) com Leite em Pó                                     | Canjicão   |                             |     |                            |     |
|         | <b>MÉDIA SEMANAL</b> | Energia (Kcal)                                     |  | Carboidratos - 55% a 65% do VET  |  | Proteína - 10% a 15% do VET |     | Lipídeo - 15% a 30% do VET |     |
|         | Fundamental I        | 763,2  | 66%  | 120g   | 42%  | 29g                         | 10% | 20g                        | 10% |



### CARDÁPIO UNIPLURI INTEGRAL - ABRIL/MAIO 2026

|                      | 20/abr   | 21/abr         | 22/abr  | 23/abr  | 24/abr   |                             |     |                            |     |
|----------------------|--|----------------|---|---|--|-----------------------------|-----|----------------------------|-----|
| RECREIO              | Arroz/ Caldo Verde (Batata e Couve) com Frango Desfiado / Fruta (Melancia) | FERIADO        | Macarrão com Molho Branco e Frango Desfiado/ Fruta (Maçã) | Arroz/ Farofa com Couve e Carne de Porco/ Suco de Polpa         | Canjicão   |                             |     |                            |     |
| 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 Margarina/ Suco de Polpa/ Fruta (Melancia)                 | FERIADO        | Pão Caseiro com Doce de Banana/ Leite/ Café               | Biscoito Maisena/ Vitamina de Polpa                             | Mix de Frutas (Manga e Pera)   |                             |     |                            |     |
| <b>MÉDIA SEMANAL</b> |  | Energia (Kcal) |   | Carboidratos - 55% a 65% do VET                                 |  | Proteína - 10% a 15% do VET |     | Lipídeo - 15% a 30% do VET |     |
| Fundamental I        |  | 962,0          | 84%   | 155g  | 54%  | 35g                         | 12% | 23g                        | 11% |

|                      | 27/abr                                    | 28/abr  | 29/abr   | 30/abr   | 01/mai  |                             |     |                            |     |
|----------------------|---|---|--|--|---------|-----------------------------|-----|----------------------------|-----|
| RECREIO              | Arroz/ Feijão/ Carne Moída com Abóbora    | Bolo Simples/ Leite Queimado                                  | Arroz/ Feijão/ Frango em Cubos Ensopado com Batata/ Salada de Alface/ Fruta (Banana) | Canjiquinha com Carne, Couve e Tomate/ Fruta (Banana)                        | 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 Margarina/ Leite Queimado                     | Arroz Doce   | Mix de Frutas (Banana e Maçã)  | FERIADO |                             |     |                            |     |
| <b>MÉDIA SEMANAL</b> |   | Energia (Kcal)  |  | Carboidratos - 55% a 65% do VET  |         | Proteína - 10% a 15% do VET |     | Lipídeo - 15% a 30% do VET |     |
| Fundamental I        |   | 933,0   | 81%  | 150g   | 52%     | 35g                         | 12% | 22g                        | 10% |

**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