



**CARDÁPIO MENSAL DE MARÇO 2026**

**EDUCAÇÃO INFANTIL - MENORES DE 3 ANOS (PERÍODO PARCIAL) - ZONA URBANA**

		<b>Segunda-feira</b> <b>02/03/2026</b>	<b>Terça-feira</b> <b>03/03/2026</b>	<b>Quarta-feira</b> <b>04/03/2026</b>	<b>Quinta-feira</b> <b>05/03/2026</b>	<b>Sexta-feira</b> <b>06/03/2026</b>
<b>1ª semana</b>	<b>Desjejum/ Lanche</b>	Rosquinha salgada / Suco	Banana picada com leite em pó	Mingau de tapioca com côco / Variação: Cuscuz	Leite morno com cacau / Rosquinha salgada	Leite batido com banana e aveia
	<b>Refeição Matutina/Refeição Vespertina</b>	Arroz temperado com peito de frango desfiado, cenoura, vagem, cheiro verde / Feijão / Salada	Arroz, Feijão, Moqueca de peixe desfiado / Salada / Suco	Arroz, Feijão, Carne isca com vagem/ Salada de alface	Sopa de letrinhas com feijão, Carne moída e legumes (cenoura, batata, chuchu)	Arroz, Feijão, Polenta, Sobrecoxa de frango desfiada / Salada / Sobremesa: Fruta
<b>2ª semana</b>	<b>Desjejum/ Lanche</b>	<b>09/03/2026</b> Mingau de amido	<b>10/03/2026</b> Bolo de banana e aveia	<b>11/03/2026</b> Mingau de aveia com canela	<b>12/03/2026</b> Mingau de tapioca com côco / Variação: Cuscuz	<b>13/03/2026</b> Rosquinha salgada / Suco
	<b>Refeição Matutina/Refeição Vespertina</b>	Macarrão espaguete ao alho e óleo, Carne moída com legumes (chuchu, cenoura) / Salada / Suco	Arroz, Feijão, Cubo desfiado com chuchu / Suco de caju	Canjiquinha com frango, vagem, cenoura / Sobremesa: Banana	Arroz temperado com carne desfiada / Feijão / Salada cozida de cenoura e chuchu	Arroz, Feijão, Carne isca ensopada / Purê de batata / Salada de pepino e tomate
<b>3ª semana</b>	<b>Desjejum/ Lanche</b>	<b>16/03/2026</b> Banana picada com leite em pó	<b>17/03/2026</b> Bolo com cacau / Suco	<b>18/03/2026</b> Leite batido com goiaba	<b>19/03/2026</b> FERIADO	<b>20/03/2026</b> JORNADA PEDAGÓGICA
	<b>Refeição Matutina/Refeição Vespertina</b>	Arroz, feijão, Carne em cubo desfiada, Salada / Suco	Canjiquinha com legumes e frango desfiado / Sobremesa: Fruta	Polenta, Carne moída com cenoura e vagem, Arroz, Feijão / Salada	<b>21/03/2026</b> FERIADO	<b>22/03/2026</b> JORNADA PEDAGÓGICA
<b>4ª semana</b>	<b>Desjejum/ Lanche</b>	<b>23/03/2026</b> Leite batido com banana	<b>24/03/2026</b> Mingau de cacau	<b>25/03/2026</b> Leite morno com cacau em pó / Rosquinha salgada	<b>26/03/2026</b> Bolo de banana com farinha de arroz / Suco	<b>27/03/2026</b> Mingau de amido ou aveia com canela
	<b>Refeição Matutina/Refeição Vespertina</b>	Arroz, Feijão, Caldo de frango (peito de frango desfiado, cheiro verde, mandioca ou inhame) / Salada	Arroz, Feijão, Carne cubo desfiada / Tabule (triguilho hidratado, tomate, pepino, cheiro verde) Sobremesa: Fruta	Arroz/ Feijão / Sobrecoxa ensopada com batata / Salada	Arroz, Feijão, Estrogonofe de frango (Molho: amido) / Salada / Suco	Arroz, Feijão, Carne moída com legumes / Salada / Sobremesa: Fruta
<b>5ª semana</b>	<b>Desjejum/ Lanche</b>	<b>30/03/2026</b> Leite batido com goiaba	<b>31/03/2026</b> Salada de frutas			
	<b>Refeição Matutina/Refeição Vespertina</b>	Arroz, Feijão, Carne isca desfiada com chuchu / Salada / Suco de manga	Arroz temperado com peito de frango desfiado, cenoura e cheiro verde, Feijão / Salada			

Observação:

Cardápio sujeito a alterações, conforme disponibilidade de gêneros na unidade escolar.

Proibido: Açúcar, embutidos, ultraprocessados.

Se considerar necessário adoçar, utilizar uva passas, banana ou ameixa.

Para crianças até 12 meses, utilizar Nestogeno (fórmula infantil).

GLEICY DE OLIVEIRA FERREIRA  
NUTRICIONISTA - CRN 17100119  
Matrícula Nº 313745-01