

CARDÁPIO FUNDAMENTAL TEMPO INTEGRAL - EMEF PROF^a. ELZITA BARBARIOLI - 05/2026



SEMANA 01					
REFEIÇÃO	27/04/2026	28/04/2026	29/04/2026	30/04/2026	01/05/2026
CAFÉ DA MANHÃ					FERIADO
ALMOÇO					
FRUTA					
LANCHE DA TARDE					

Bárbara C. Macedo
CRN 16100629
Equipe de Planejamento - HCM

Aprovado por:

Caroline Resende Martins
CRN 15100948
Nutricionista

CARDÁPIO FUNDAMENTAL TEMPO INTEGRAL - EMEF PROF^a. ELZITA BARBARIOLI - 05/2026

SEMANA 02					
REFEIÇÃO	04/05/2026	05/05/2026	06/05/2026	07/05/2026	08/05/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de hot dog com ovo Suco de polpa de goiaba	Bolo de fubá com coco ralado Suco de polpa de caju	logurte com self service de frutas (banana, maçã e melão)	Pão de batata com requeijão Suco de polpa de manga	Biscoito cream cracker Leite morno com cacau 100%
ALMOÇO	Repolho com tomate Carne moída com batata Arroz branco Feijão	Salada de couve Farofa de banana Isca de frango ao molho de tomate Arroz branco Feijão	Salada de repolho roxo com repolho verde Carne bovina ensopada com legumes (cenoura e batata) Arroz Feijão	Salada de alface com cenoura Frango desfiado e legumes (cenoura, chuchu, tomate) Macarrão ao molho Feijão	Salada vinagrete Feijão tropeiro (feijão, farinha de mandioca, carne suína, ovo, couve e banana) Arroz branco
FRUTA	Laranja	Maçã	Banana	Abacaxi	Melancia
LANCHE DA TARDE	Biscoito de maisena Leite batido com cacau 100%	Quibe de forno recheado (carne moída, trigoilho, hortelã) Suco de polpa de manga	Pão de hot dog com molho de carne moída, extrato de tomate e cenoura Suco de polpa de maracujá	logurte com self service de frutas (banana, maçã e melão)	Torta de liquidificador (recheio frango, tomate e cenoura) Suco de polpa de abacaxi

CARDÁPIO FUNDAMENTAL TEMPO INTEGRAL - EMEF PROF^a. ELZITA BARBARIOLI - 05/2026

SEMANA 03					
REFEIÇÃO	11/05/2026	12/05/2026	13/05/2026	14/05/2026	15/05/2026
CAFÉ DA MANHÃ	logurte com self service de frutas (banana, maçã e mamão)	Bolo de cenoura Suco de caju	Pão caseiro com manteiga Suco de de polpa de manga	Biscoito da agricultura familiar Chocolate quente (Leite, maisena, cacau em pó)	Conselho de Classe
ALMOÇO	Salada de repolho roxo e repolho branco Ovos mexidos com cheiro verde Arroz branco Feijão	Salada de acelga com tomate Carne bovina em cubinhos ensopada com chuchu e cheiro verde Macarrão Feijão	Salada de alface com cenoura Carne moída ensopada Arroz Feijão	Couve refogada Polenta com abóbora Frango (filé de coxa) ensopado Arroz branco Feijão	
FRUTA	Maçã	Laranja	Melancia	Banana	
LANCHE DA TARDE	Pão de milho com requeijão Suco de polpa de manga	Pão hot dog com carne moída Suco de polpa de goiaba	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado com cenoura, cheiro verde, requeijão e batata) Suco de polpa de manga	logurte com self service de frutas (banana, maçã e mamão)	

CARDÁPIO FUNDAMENTAL TEMPO INTEGRAL - EMEF PROF^a. ELZITA BARBARIOLI - 05/2026

SEMANA 04					
REFEIÇÃO	18/05/2026	19/05/2026	20/05/2026	21/05/2026	22/05/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Banana da terra cozida de uva Suco	logurte com self service de frutas (banana, maçã e melão)	Biscoito da agricultura familiar Leite batido com cacau em pó	Pão com queijo mussarela Suco polpa de goiaba	Bolo mesclado Suco de polpa de abacaxi
ALMOÇO	Salada de alface com tomate Isca de frango ao molho de tomate ensopado Arroz Feijão	Salada de acelga com cenoura Purê de batata inglesa Carne bovina ensopada Arroz Feijão	Vinagrete (tomate, cebola, cenoura, pimentão) Farofa de banana Frango (filé de coxa) assado Arroz Feijão	Salada de repolho e pepino Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho de tomate Feijão	Salada de beterraba e cenoura raladas Isca suína acebolada Arroz branco Feijão
FRUTA	Laranja	Melancia	Abacaxi	Banana	Maçã
LANCHE DA TARDE	Pão caseiro com manteiga Suco de polpa de manga	Torta de liquidificador (recheio carne moída, tomate e cenoura) Suco de polpa de abacaxi	Sanduíche natural (pão de forma, frango, requeijão, milho e cenoura) Suco de polpa de goiaba	logurte com self service de frutas (banana, maçã e melão)	Pão de hot dog com molho carne moída Suco de polpa de acerola

CARDÁPIO FUNDAMENTAL TEMPO INTEGRAL - EMEF PROF^a. ELZITA BARBARIOLI - 05/2026

SEMANA 05					
REFEIÇÃO	25/05/2026	26/05/2026	27/05/2026	28/05/2026	29/05/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de milho com requeijão Suco de polpa de manga	Bolo de chocolate (cacau em pó) Suco de polpa de abacaxi	logurte com self service de frutas (banana, maçã e mamão)	Banana da terra cozida de uva Suco	Pão caseiro com manteiga Suco de polpa de acerola
ALMOÇO	Salada de repolho e cenoura Carne moída refogada Macarrão ao sugo Feijão	Salada de acelga com tomate Farofa de ovo Carne suína desfiada Arroz branco Feijão	Brócolis ou couve flor cozido Ovos mexidos com cheiro verde Arroz Feijão	Salada de couve com tomate Batata sauté Estrogonofe de frango Arroz branco Feijão	Salada de alface e pepino Polenta com abóbora Carne moída ao molho Arroz branco Feijão
FRUTA	Laranja	Melancia	Banana	Maçã	Melão
LANCHE DA TARDE	Bolo de banana Suco de goiaba	Biscoito cream cracker Leite morno com cacau 100%	Torta de liquidificador (recheio frango, requeijão e cenoura) Suco de polpa de uva	Pão hot dog com molho de carne moída Suco de polpa de acerola	logurte com self service de frutas (banana, maçã e mamão)