



PREFEITURA MUNICIPAL DE
ITAPEMIRIM - ES

BERÇÁRIO INTEGRAL

SEMANA 01						MÉDIA SEMANAL
REFEIÇÃO	2/2/2026	2/3/2026	2/4/2026	2/5/2026	2/6/2026	
COLAÇÃO (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou melancia picada	Fórmula infantil ou maçã raspada	Fórmula infantil ou mamão picado	Fórmula infantil ou melão picado	Fórmula infantil ou banana amassada	
ALMOÇO	Batata sauté Frango picadinho ao molho de tomate Arroz branco (bem cozido) Feijão batido Sobremesa: Abacaxi picado	Caldo de abóbora com carne suína (abóbora, carne suína desfiada e cheiro verde) Feijão batido Sobremesa: Melancia picada	Salada de tomate picadinho Frango (filé de coxa) desfiado Arroz branco (bem cozido) Feijão batido Sobremesa: Laranja picada	Sopa de feijão com carne bovina (feijão, carne em cubos, macarrão, cenoura e couve) Sobremesa: Banana amassada	Sopa de legumes com frango (frango desfiado, macarrão, beterraba, cenoura e chuchu) Sobremesa: Melão picado	
LANCHE DA TARDE (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou laranja picada	Fórmula infantil ou melão picado	Fórmula infantil ou iogurte natural com banana amassada	Fórmula infantil ou melancia picada	Fórmula infantil ou maçã raspada	
JANTAR	Caldo de aipim (aipim, couve refogada, carne em cubos desfiada) Feijão batido	Canja com frango desfiado (arroz branco, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde)	Sopa de ervilha com carne bovina em cubos (ervilha seca, carne bovina)	Canjiquinha com legumes (abóbora, chuchu e tomate) Carne suína desfiada Feijão batido	Sopa de legumes com carne bovina (carne em cubos, macarrão, inhame, cenoura e couve)	
ENERGIA (kCal)	825.73	593.98	768.12	644.09	604.87	687.36
PTN (g)	38.33	30.68	38.47	26.51	39.52	34.70
LIP (g)	30.17	23.88	31.73	24.66	19.59	26.01
CHO (g)	102.56	64.7	85.34	82.62	68.04	80.65
CÁLCIO (mg)	356.22	221.66	351.95	264.78	289.52	296.83
FERRO (mg)	6.22	4.89	6.07	5.81	5.71	5.74
Vit A (mcg)	356.74	283.88	230.84	217.12	255.6	268.84
Vit C (mg)	109.99	44.36	105	72.6	103.13	87.02

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS

BERÇÁRIO INTEGRAL

SEMANA 02						MÉDIA SEMANAL
	2/9/2026	2/10/2026	2/11/2026	2/12/2026	2/13/2026	
COLAÇÃO (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou laranja picada	Fórmula infantil ou melão picado	Fórmula infantil ou melancia picada	Fórmula infantil ou maçã raspada	Fórmula infantil ou banana amassada	
ALMOÇO	Canja com frango desfiado (arroz branco, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde) Sobremesa: Melão picado	Batata doce cozida com cheiro verde Carne suína desfiada Arroz branco (bem cozido) Feijão batido Sobremesa: Maçã raspada	Sopa de legumes com carne bovina (carne em cubos, macarrão, batata, chuchu e cenoura) Sobremesa: Banana amassada	Salada de beterraba cozida Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Feijão batido Sobremesa: Mamão picado	Canjiquinha com cenoura e frango (filé de coxa) desfiado Feijão batido Sobremesa: Laranja picada	
LANCHE DA TARDE (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou maçã raspada	Fórmula infantil ou melancia picada	Fórmula infantil ou laranja picada	Fórmula infantil ou banana amassada	Fórmula infantil ou mamão picado	
JANTAR	Creme de abóbora com carne bovina (carne desfiada, abóbora, cheiro verde)	Sopa de legumes com frango (frango desfiado, batata doce, abóbora, chuchu, macarrão e cheiro verde)	Polenta c/ couve refogada Filé de coxa ao molho de tomate desfiada Arroz branco (bem cozido) Feijão batido	Creme de legumes com carne suína (carne suína desfiada, batata inglesa, inhame e chuchu liquidificados)	Caldo de batata doce com carne (batata doce, couve refogada, carne em cubos desfiada e cheiro verde) Feijão batido	
ENERGIA (kCal)	539.6	749.07	907.31	659.77	697.29	710.61
PTN (g)	33.5	40.35	46.88	34.86	38.19	38.76
LIP (g)	15.35	22.96	28.07	28.76	25.03	24.03
CHO (g)	67.87	94.83	118.02	66.11	82.69	85.90
CÁLCIO (mg)	214.9	245.65	306.68	230.64	278.82	255.34
FERRO (mg)	4.79	5.1	7.5	4.92	7.33	5.93
Vit A (mcg)	238.71	236.6	273.71	237.4	239.07	245.10
Vit C (mg)	53.3	64.5	106.41	79.33	141.42	88.99

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



BERÇÁRIO INTEGRAL

SEMANA 03						
REFEIÇÃO	2/16/2026	2/17/2026	2/18/2026	2/19/2026	2/20/2026	MÉDIA SEMANAL
COLAÇÃO (conforme aceitação)				Fórmula infantil ou abacaxi picado	Fórmula infantil ou maçã raspada	
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	RECESSO	Sopa de legumes com frango (frango desfiado, macarrão, batata, chuchu e cenoura) Sobremesa: Melancia picada	Salada de tomate picadinho Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco (bem cozido) Feijão batido Sobremesa: Melão picado	
LANCHE DA TARDE (conforme aceitação)				Fórmula infantil ou laranja picada	Fórmula infantil ou banana amassada	
JANTAR				Caldo verde (batata, cenoura, couve e carne em cubos)	Polenta Carne bovina desfiada ao molho de tomate Arroz branco (bem cozido) Feijão batido	
ENERGIA (kCal)				594.5	1067.25	830.88
PTN (g)				40.01	49.67	44.84
LIP (g)				18.8	36.16	27.48
CHO (g)				67.62	138.44	103.03
CÁLCIO (mg)				277.42	317.76	297.59
FERRO (mg)				4.97	8.33	6.65
Vit A (mcg)				686.49	347.61	517.05
Vit C (mg)				135.2	78.92	107.06
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						

BERÇÁRIO INTEGRAL

SEMANA 04						MÉDIA SEMANAL
REFEIÇÃO	2/23/2026	2/24/2026	2/25/2026	2/26/2026	2/27/2026	
COLAÇÃO (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou maçã raspada	Fórmula infantil ou melão picado	Fórmula infantil ou melancia picada	Fórmula infantil ou mamão picado	Fórmula infantil ou laranja picada	
ALMOÇO	Caldo verde (batata, cenoura, couve e frango em cubos) Sobremesa: Melão picado	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado desfiado Arroz branco (bem cozido) Feijão batido Sobremesa: Melancia picada	Sopa de legumes com carne suína (carne suína desfiada, macarrão, batata cenoura e chuchu) Sobremesa: Mamão picado	Canja com frango desfiado (arroz branco, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde) Sobremesa: Laranja picada	Beterraba cozida Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa, cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco (bem cozido) Feijão batido Sobremesa: Banana amassada	
LANCHE DA TARDE (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou laranja picada	Fórmula infantil ou maçã raspada	Fórmula infantil ou melão picado	Fórmula infantil ou iogurte natural com banana amassada	Fórmula infantil ou maçã raspada	
JANTAR	Sopa de feijão com carne bovina (carne em cubos, macarrão, feijão, cenoura, chuchu e cheiro verde)	Creme de abóbora com carne bovina desfiada e cheiro verde (abóbora, carne bovina, cheiro verde)	Caldo de aipim com frango e couve (filé de coxa desfiado, aipim e couve) Feijão batido	Sopa de ervilha com carne bovina em cubos (ervilha seca, carne bovina)	Canjiquinha com carne suína picadinho e legumes (batata inglesa, cenoura e tomate)	
ENERGIA (kCal)	668.09	715.62	621.28	631.05	786.04	684.42
PTN (g)	38.07	38.05	38.84	37.02	39.43	38.28
LIP (g)	19.54	29.91	20.05	18.46	26.39	22.87
CHO (g)	86.75	76.93	73.12	82.15	99.61	83.71
CÁLCIO (mg)	248.23	263.04	316.01	350.45	245.65	284.68
FERRO (mg)	5.36	7.14	5.71	5.13	5.44	5.76
Vit A (mcg)	255.26	240.53	273.12	265.71	240.9	255.10
Vit C (mg)	125.68	64.48	86.35	140.12	90.53	101.43
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						



CRECHE INTEGRAL

SEMANA 01						MÉDIA SEMANAL
REFEIÇÃO	2/2/2026	2/3/2026	2/4/2026	2/5/2026	2/6/2026	
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 1 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	Biscoito de polvilho Suco de polpa de goiaba com leite	Bolo de cacau 100% (c/ banana) Suco de polpa de abacaxi	Ovos mexidos com orégano Suco de polpa de acerola com laranja lima	Trio de frutas (banana, mamão e maçã) com leite em pó	
ALMOÇO	Salada de beterraba e chuchu cozidos Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Melancia	Purê de abóbora Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de acelga com pepino Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Mamão	Cenoura ralada Carne bovina ensopada com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Salada de alface com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana prata	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 1 ANO	Biscoito de polvilho Vitamina de iogurte natural com banana e manga	Quibe de forno recheado (frango desfiado, triguilho, hortelã e cenoura) Suco de polpa de abacaxi	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó e aveia	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de goiaba	Bolo simples (adoçado com uva passa) Suco de polpa de manga	
JANTAR	Inhame ensopado Frango picadinho ao molho de tomate Arroz branco Feijão	Sopa de legumes com carne bovina (carne bovina desfiada, macarrão, inhame, cenoura e couve)	Batata doce sauté Carne suína acebolada Arroz branco Feijão	Couve refogada Frango (filé de coxa) dourado na cebola Arroz branco Feijão	Acelga refogada e beterraba cozida Isca de carne bovina acebolada Arroz branco Feijão	
ENERGIA (kCal)	1133.71	1032.59	1256.55	1032.32	1472.99	1185.63
PTN (g)	47.13	52.49	42.69	41.68	60.59	48.92
LIP (g)	42.8	37.76	51.75	38.11	49.15	43.91
CHO (g)	143.37	124.52	158.19	131.15	201.56	151.76
CÁLCIO (mg)	306.14	283.4	275.57	207.78	308.5	276.28
FERRO (mg)	5.52	5.68	5.87	5.95	8.7	6.34
Vit A (mcg)	244.16	233.68	184.76	214.7	228.81	221.22
Vit C (mg)	69.26	139.5	84.74	292.61	99.23	137.07
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONALIDADE DE PRODUTOS						
SEMANA 02						



CRECHE INTEGRAL

	2/9/2026	2/10/2026	2/11/2026	2/12/2026	2/13/2026	
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 1 ANO	Biscoito de polvilho Leite com cacau 100%	Bolo de fubá (com uva passa) Suco de polpa de abacaxi	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de caju com maçã	Ovos mexidos com orégano Suco de polpa de manga	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	
ALMOÇO	Salada pepino com tomate picadinho Frango refogado Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Creme de abóbora Frango (filé de coxa) ensopado com batata Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de acelga e beterraba ralada Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Maçã	Couve refogada Farofa simples Carne suína desfiada acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana prata	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 1 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de acerola	Biscoito de polvilho Vitamina de banana com maçã	Trio de frutas (banana, maçã e mamão) com leite em pó e aveia	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de manga	Bolo de cenoura Suco de polpa de goiaba	
JANTAR	Salada refogada de repolho branco e roxo Isca de frango acebolado Arroz branco Feijão	Sopa de legumes com carne (carne em cubos, macarrão, batata inglesa, abóbora, chuchu e cheiro verde)	Salada de tomate em cubinhos Omelete de forno com abobrinha e cenoura Arroz branco Feijão	Canjiquinha com legumes (cenoura, chuchu e tomate) Carne suína desfiada Arroz branco Feijão	Inhame ensopado Frango em cubos ao molho de tomate Arroz branco Feijão	
ENERGIA (kCal)	1088.24	1050.31	1163.49	1057.98	1185.14	1109.03
PTN (g)	48.86	49.76	51.15	54.73	48.54	50.61
LIP (g)	40.97	37.68	35.83	38.47	34.86	37.56
CHO (g)	130.73	133.66	161.02	125.18	172.32	144.58
CÁLCIO (mg)	282.11	364.83	485.86	214.62	296.35	328.75
FERRO (mg)	4.34	5.22	7.74	6.37	5.56	5.85
Vit A (mcg)	135.1	296	321.31	137.47	220.35	222.05
Vit C (mg)	272.12	63.59	122.21	57.63	105.82	124.27
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILDADE DE PRODUTOS						
SEMANA 03						
REFEIÇÃO	2/16/2026	2/17/2026	2/18/2026	2/19/2026	2/20/2026	

M
É
D
I
A

S
E
M
A
N
A
L



CRECHE INTEGRAL

CAFE DA MANHA A PARTIR DE 01 ANO	RECESSO	FERIADO	RECESSO	Biscoito polvilho Chocobom (leite, banana, cacau 100% e aveia)	Duo de frutas (banana e mamão) com leite em pó e aveia	M É D I A S E M A N A L
ALMOÇO				Salada cozida de chuchu e beterraba Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Abacaxi	Salada de tomate Batata sauté Stroganoff nutritivo de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Macã	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 01 ANO				Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	Pizza de pão de forma (pão, queijo, orégano e tomate) Suco de polpa de goiaba	
JANTAR				Salada de alface com tomate Inhame refogado Isca de carne suína Arroz com cenoura Feijão	Sopa de feijão com carne bovina (carne em cubos, macarrão, feijão, cenoura, chuchu e cheiro verde)	
ENERGIA (kCal)				1099.65	1074.42	1087.04
PTN (g)				45.5	65.33	55.42
LIP (g)				41.91	37.31	39.61
CHO (g)				138.23	121.21	129.72
CÁLCIO (mg)				279.45	370.57	325.01
FERRO (mg)				5.53	7.54	6.54
Vit A (mcg)				259.24	299.46	279.35
Vit C (mg)				70.78	114.83	92.81
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						



CRECHE INTEGRAL

SEMANA 04

REFEIÇÃO	2/23/2026	2/24/2026	2/25/2026	2/26/2026	2/27/2026	MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 01 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de caju com maçã	Biscoito de polvilho Vitamina de banana c/ maçã e aveia (leite, banana prata, maçã e aveia)	Pão de milho com queijo muçarela Suco de polpa de manga	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	Banana da terra cozida Leite com cacau 100%	
ALMOÇO	Repolho refogado com cenoura Isca de frango acebolado Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado desfiado Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Salada cozida de cenoura e chuchu Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de acelga com beterraba ralada Carne bovina ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Mamão	Salada de alface com cenoura Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, cheiro verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 01 ANO	Sanduíche natural (pão de forma, frango, requeijão, milho e cenoura) Suco de polpa de manga	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de goiaba	Smoothie de banana e mamão (iogurte natural, banana prata, mamão e aveia)	Bolo mesclado Suco de polpa de caju com maçã	Torta de liquidificador de frango (recheio de frango e cenoura) Suco de polpa de abacaxi	
JANTAR	Abóbora cozida com cheiro verde Ovo cozido Arroz branco Feijão	Repolho refogado Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão	Salada de alface com tomate Inhame ensopado Frango (filé de coxa) ensopado Arroz branco Feijão	Sopa de legumes com carne em cubos (carne bovina em cubos, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura)	Caldo de aipim com frango desfiado, cenoura e cheiro verde Arroz branco	
ENERGIA (kCal)	1046.14	1150.44	1028.55	1058.59	1043.6	1065.46
PTN (g)	46.8	46.63	42.03	71.54	56.74	52.75
LIP (g)	34.37	44.33	39.92	40.47	27.43	37.30
CHO (g)	137.13	144.41	127.86	104.86	143.72	131.60
CÁLCIO (mg)	158.68	273.45	336.79	328.45	382.77	296.03
FERRO (mg)	6	6.03	5.38	9.84	3.59	6.17
Vit A (mcg)	176.44	173.03	151.73	180.54	216.71	179.69
Vit C (mg)	68.69	60.56	64.82	166.15	79.48	87.94

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO CRECHE QUILOMBOLA - INTEGRAL

SEMANA 01						M É D I A S E M A N A L
REFEIÇÃO	2/2/2026	2/3/2026	2/4/2026	2/5/2026	2/6/2026	
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 1 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	Biscoito de polvilho Suco de polpa de goiaba com leite	Bolo de cacau 100% (c/ banana) Suco de polpa de abacaxi	Ovos mexidos com orégano Suco de polpa de acerola com laranja lima	Trio de frutas (banana, mamão e maçã) com leite em pó	
ALMOÇO	Salada de beterraba e chuchu cozidos Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Melancia	Purê de abóbora Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de acelga com pepino Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Mamão	Cenoura ralada Carne bovina ensopada com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Salada de alface com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana prata	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 1 ANO	Biscoito de polvilho Vitamina de iogurte natural com banana e manga	Quibe de forno recheado (frango desfiado, trigo, hortelã e cenoura) Suco de polpa de abacaxi	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó e aveia	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de goiaba	Bolo simples (adoçado com uva passa) Suco de polpa de manga	
JANTAR	Inhame ensopado Frango picadinho ao molho de tomate Arroz branco Feijão	Sopa de legumes com carne bovina (carne bovina desfiada, macarrão, inhame, cenoura e couve)	Batata doce sauté Carne suína acebolada Arroz branco Feijão	Couve refogada Frango (filé de coxa) dourado na cebola Arroz branco Feijão	Acelga refogada e beterraba cozida Isca de carne bovina acebolada Arroz branco Feijão	
ENERGIA (kCal)	1133.71	1032.59	1256.55	1032.32	1472.99	1185.63
PTN (g)	47.13	52.49	42.69	41.68	60.59	48.92
LIP (g)	42.8	37.76	51.75	38.11	49.15	43.91
CHO (g)	143.37	124.52	158.19	131.15	201.56	151.76
CÁLCIO (mg)	306.14	283.4	275.57	207.78	308.5	276.28
FERRO (mg)	5.52	5.68	5.87	5.95	8.7	6.34
Vit A (mcg)	244.16	233.68	184.76	214.7	228.81	221.22
Vit C (mg)	69.26	139.5	84.74	292.61	99.23	137.07

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO CRECHE QUILOMBOLA - INTEGRAL

SEMANA 02						MÉDIA SEMANAL
	2/9/2026	2/10/2026	2/11/2026	2/12/2026	2/13/2026	
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 1 ANO	Biscoito de polvilho Leite com cacau 100%	Bolo de fubá (com uva passa) Suco de polpa de abacaxi	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de caju com maçã	Ovos mexidos com orégano Suco de polpa de manga	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	
ALMOÇO	Salada pepino com tomate picadinho Frango refogado Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Creme de abóbora Frango (filé de coxa) ensopado com batata Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de acelga e beterraba ralada Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Maçã	Couve refogada Farofa simples Carne suína desfiada acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana prata	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 1 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de acerola	Biscoito de polvilho Vitamina de banana com maçã	Trio de frutas (banana, maçã e mamão) com leite em pó e aveia	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de manga	Bolo de cenoura Suco de polpa de goiaba	
JANTAR	Salada refogada de repolho branco e roxo Isca de frango acebolado Arroz branco Feijão	Sopa de legumes com carne (carne em cubos, macarrão, batata inglesa, abóbora, chuchu e cheiro verde)	Salada de tomate em cubinhos Omelete de forno com abobrinha e cenoura Arroz branco Feijão	Canjiquinha com legumes (cenoura, chuchu e tomate) Carne suína desfiada Arroz branco Feijão	Inhame ensopado Frango em cubos ao molho de tomate Arroz branco Feijão	
ENERGIA (kCal)	1088.24	1050.31	1163.49	1057.98	1185.14	1109.03
PTN (g)	48.86	49.76	51.15	54.73	48.54	50.61
LIP (g)	40.97	37.68	35.83	38.47	34.86	37.56
CHO (g)	130.73	133.66	161.02	125.18	172.32	144.58
CÁLCIO (mg)	282.11	364.83	485.86	214.62	296.35	328.75
FERRO (mg)	4.34	5.22	7.74	6.37	5.56	5.85
Vit A (mcg)	135.1	296	321.31	137.47	220.35	222.05
Vit C (mg)	272.12	63.59	122.21	57.63	105.82	124.27

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO CRECHE QUILOMBOLA - INTEGRAL

SEMANA 03						
REFEIÇÃO	2/16/2026	2/17/2026	2/18/2026	2/19/2026	2/20/2026	MÉDIA SEMANAL
CAFE DA MANHA A PARTIR DE 01 ANO				Biscoito polvilho Chocobom (leite, banana, cacau 100% e aveia)	Duo de frutas (banana e mamão) com leite em pó e aveia	
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	RECESSO	Salada cozida de chuchu e beterraba Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Abacaxi	Salada de tomate Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 01 ANO				Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	Pizza de pão de forma (pão, queijo, orégano e tomate) Suco de polpa de goiaba	
JANTAR				Salada de alface com tomate Inhame refogado Isca de carne suína Arroz com cenoura Feijão	Sopa de feijão com carne bovina (carne em cubos, macarrão, feijão, cenoura, chuchu e cheiro verde)	
ENERGIA (kCal)				1099.65	1074.42	1087.04
PTN (g)				45.5	65.33	55.42
LIP (g)				41.91	37.31	39.61
CHO (g)				138.23	121.21	129.72
CÁLCIO (mg)				279.45	370.57	325.01
FERRO (mg)				5.53	7.54	6.54
Vit A (mcg)				259.24	299.46	279.35
Vit C (mg)				70.78	114.83	92.81

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO CRECHE QUILOMBOLA - INTEGRAL

SEMANA 04						
REFEIÇÃO	2/23/2026	2/24/2026	2/25/2026	2/26/2026	2/27/2026	MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 01 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de caju com maçã	Biscoito de polvilho Vitamina de banana c/ maçã e aveia (leite, banana prata, maçã e aveia)	Pão de milho com queijo muçarela Suco de polpa de manga	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	Banana da terra cozida Leite com cacau 100%	
ALMOÇO	Repolho refogado com cenoura Isca de frango acebolado Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado desfiado Arroz branco Feijão Sobremesa: Melão	Salada cozida de cenoura e chuchu Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de acelga com beterraba ralada Carne bovina ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Mamão	Salada de alface com cenoura Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa, cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 01 ANO	Sanduíche natural (pão de forma, frango, requeijão, milho e cenoura) Suco de polpa de manga	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de goiaba	Smoothie de banana e mamão (iogurte natural, banana prata, mamão e aveia)	Bolo mesclado Suco de polpa de caju com maçã	Torta de liquidificador de frango (recheio de frango e cenoura) Suco de polpa de abacaxi	
JANTAR	Abóbora cozida com cheiro verde Ovo cozido Arroz branco Feijão	Repolho refogado Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão	Salada de alface c/ tomate Inhame ensopado Frango (filé de coxa) ensopado Arroz branco Feijão	Sopa de legumes com carne em cubos (carne bovina em cubos, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura)	Caldo de aipim com frango desfiado, cenoura e cheiro verde Arroz branco	
ENERGIA (kCal)	1046.14	1150.44	1028.55	1058.59	1043.6	1065.46
PTN (g)	46.8	46.63	42.03	71.54	56.74	52.75
LIP (g)	34.37	44.33	39.92	40.47	27.43	37.30
CHO (g)	137.13	144.41	127.86	104.86	143.72	131.60
CÁLCIO (mg)	158.68	273.45	336.79	328.45	382.77	296.03
FERRO (mg)	6	6.03	5.38	9.84	3.59	6.17
Vit A (mcg)	176.44	173.03	151.73	180.54	216.71	179.69
Vit C (mg)	68.69	60.56	64.82	166.15	79.48	87.94
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

SEMANA 01					
REFEIÇÃO	2/2/2026	3/2/2026	4/2/2026	5/2/2026	6/2/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de batata com queijo minas Suco de polpa de manga	Biscoito de maisena Suco de polpa de goiaba com leite	Bolo de chocolate Suco de polpa de abacaxi	Ovos mexidos com queijo minas em cubinhos e orégano Suco de polpa de acerola	logurte com frutas (banana, mamão e maçã)
ALMOÇO/ JANTAR	Salada de beterraba e chuchu cozidos Macarrão ao molho de atum (conserva) e tomate Feijão Sobremesa: Suco de polpa de abacaxi	Abóbora refogada com cheiro verde Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de acelga com pepino Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Cenoura ralada Carne bovina ensopada com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana prata	Salada de alface com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Abacaxi
ENERGIA (kCal)	656.12	754.16	912.94	770.61	787.19
PTN (g)	27.46	32.31	26.1	40.74	31.66
LIP (g)	17.06	25.14	30.1	26.17	28.68
CHO (g)	101.11	102	136.66	94.07	104.37

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

SEMANA 02					
REFEIÇÃO	2/9/2026	2/10/2026	2/11/2026	2/12/2026	2/13/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Rosquinha doce Iogurte de frutas	Bolo de fubá Suco de polpa de abacaxi	Ovos mexidos com orégano Suco de polpa de manga	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de caju	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó
ALMOÇO/ JANTAR	Salada pepino com tomate picadinho Isca de frango acebolada Arroz com cenoura Feijão Sobremesa: Laranja	Salada crua de repolho com tomate File de Tilápia ao forno com batata em camadas Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de goiaba	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de acelga e beterraba ralada Frango assado (filé de sobrecoxa) Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Couve refogada Farofa de beterraba Isca de carne suína Arroz branco Sobremesa: Banana prata
ENERGIA (kCal)	755.36	859.84	714.47	773.5	713.23
PTN (g)	38.46	39.69	37.33	26.11	27.83
LIP (g)	21.46	26.02	26.58	32.42	22.38
CHO (g)	104.24	119.74	83.27	96.4	103.71

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONALIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

SEMANA 03					
REFEição	2/16/2026	2/17/2026	2/18/2026	2/19/2026	2/20/2026
CAFÉ DA MANHÃ				Biscoito salgado com manteiga Chocobom (leite, banana, cacau e aveia)	Pão de batata com requeijão Suco de polpa de manga
ALMOÇO/ JANTAR	RECESSO	FERIADO	RECESSO	Salada cozida de chuchu e beterraba Carne moída refogada Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Salada de pepino com tomate Feijão tropeiro (feijão, carne suína, couve, ovo, banana e farinha de mandioca) Arroz branco Sobremesa: Suco de polpa de goiaba
ENERGIA (kCal)				831.99	796.72
PTN (g)				34.36	34.39
LIP (g)				35.17	18.9
CHO (g)				99.14	123.74

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

SEMANA 04					
REFEIÇÃO	2/23/2026	2/24/2026	2/25/2026	2/26/2026	2/27/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de caju	Biscoito salgado com manteiga Vitamina de banana c/ maçã e aveia (leite, banana prata, maçã e aveia)	Pão de milho com queijo queijo minas padrão Suco de polpa de manga	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	Milho verde cozido Leite com cacau
ALMOÇO/ JANTAR	Mix de repolho cru com tomate Arroz com atum (conservas), cenoura e milho verde Feijão Sobremesa: Laranja	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Doce de abóbora cremoso caseiro com queijo minas	Salada cozida de cenoura e chuchu Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de acelga com beterraba ralada Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Salada de alface com cenoura ralada Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa, cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia
ENERGIA (kCal)	694.87	1088.99	763.36	801.89	1031.45
PTN (g)	25.67	40.76	30.03	29.05	53.3
LIP (g)	16.8	51.45	23.83	39.87	23.22
CHO (g)	112.86	119.7	108.98	86.13	157.49

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONALIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

MÉDIA SEMANAL

776.20

31.65

25.43

107.64



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

MÉDIA SEMANAL

763.28
33.88
25.77
101.47



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

MÉDIA SEMANAL

814.36

34.38

27.04

111.44



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

MÉDIA SEMANAL

921.42

38.29

34.59

118.08

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - INTEGRAL

SEMANA 01						
REFEIÇÃO	2/2/2026	2/3/2026	2/4/2026	2/5/2026	2/6/2026	MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de batata com requeijão Suco de polpa de manga	Biscoito de maisena Suco de polpa de goiaba com leite	Bolo de chocolate Suco de polpa de abacaxi	Ovos mexidos com queijo minas em cubinhos e orégano Suco de polpa de acerola	Iogurte com frutas (banana, mamão e maçã)	
LANCHE 01	Biscoito salgado Suco de polpa de abacaxi	Melancia	Biscoito rosquinha Suco de polpa de caju	Chocobom (leite, banana prata, aveia e cacau)	Milho verde cozido	
ALMOÇO	Salada de beterraba e chuchu cozidos Macarrão ao molho de atum (conservas) e tomate Feijão	Abóbora refogada com cheiro verde Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão	Salada de acelga com pepino Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão	Cenoura ralada Carne bovina ensopada com aipim Arroz branco Feijão	Salada de alface com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão	
LANCHE 02	Rosquinha doce de coco Vitamina de banana com aveia	Quibe de forno recheado (frango desfiado, trigo, hortelã, cenoura e requeijão) Suco de polpa de abacaxi	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó e aveia	Pão de milho com manteiga Suco de polpa de goiaba	Bolo simples Suco de polpa de manga	
ENERGIA (kCal)	1094.24	1014.76	1280.81	1104.96	1311.16	1161.19
PTN (g)	36.99	45.83	37.03	51.43	50.93	44.44
LIP (g)	30.23	28.42	40.63	37.6	38.63	35.10
CHO (g)	174.05	149.69	196.24	142.56	197.54	172.02
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONALIDADE DE PRODUTOS						

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - INTEGRAL

SEMANA 02						
REFEIÇÃO	2/9/2026	2/10/2026	2/11/2026	2/12/2026	2/13/2026	MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ	Rosquinha doce logurte de frutas	Bolo de fubá Suco de polpa de abacaxi	Ovos mexidos com queijo minas em cubinhos e orégano Suco de polpa de manga	Pão de batata com queijo minas padrão Suco de polpa de caju	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	
LANCHE 01	Maçã Suco de polpa de caju	Abacaxi Suco de polpa de goiaba	Maçã Biscoito salgado com manteiga	Leite batido com polpa de manga	logurte de frutas	
ALMOÇO	Salada pepino com tomate picadinho Isca de frango acebolada Arroz com cenoura Feijão	Salada crua de repolho com tomate File de Tilápia ao forno com batata em camadas Arroz branco Feijão	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco Feijão	Salada de acelga e beterraba ralada Frango assado (filé de sobrecoxa) Macarrão ao sugo Feijão	Couve refogada Farofa de beterraba Isca de carne suína Arroz branco	
LANCHE 02	Pão de milho com manteiga Suco de polpa de acerola	Biscoito salgado Vitamina de banana com maçã	Trio de frutas (banana, maçã e mamão) com leite em pó e aveia	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de abacaxi	Bolo de cenoura Suco de polpa de goiaba	
ENERGIA (kCal)	1017.71	1122.79	1117.20	1206.28	1055.81	1103.96
PTN (g)	42.5	43.96	49.71	50.05	37.77	44.80
LIP (g)	27.07	30.19	43.61	45.80	33.93	36.12
CHO (g)	154.21	176.70	136.91	150.48	155.07	154.67
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONALIDADE DE PRODUTOS						

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - INTEGRAL

SEMANA 03						
REFEIÇÃO	2/16/2026	2/17/2026	2/18/2026	2/19/2026	2/20/2026	MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ				Biscoito salgado com manteiga Chocobom (leite, banana, cacau e aveia)	Pão de batata com requeijão Suco de polpa de manga	
LANCHE 01				Biscoito doce Suco de polpa de caju	Rosquinha de coco Suco de polpa de goiaba	
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	RECESSO	Salada cozida de chuchu e beterraba Carne moída refogada Macarrão ao alho e óleo Feijão	Salada de pepino com tomate Feijão tropeiro (feijão, carne suína, couve, ovo, banana e farinha de mandioca) Arroz branco	
LANCHE 02				Pizza de pão de forma (pão de forma, queijo, orégano e tomate) Suco de polpa de abacaxi	Banana da terra cozida Leite com cacau	
ENERGIA (kCal)				1205.78	1160.63	1183.21
PTN (g)				44.6	43.38	43.99
LIP (g)				43.44	28.13	35.79
CHO (g)				164.4	188.78	176.59
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - INTEGRAL

SEMANA 04						
REFEIÇÃO	2/23/2026	2/24/2026	2/25/2026	2/26/2026	2/27/2026	MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de caju	Biscoito salgado com manteiga Vitamina de banana c/ maçã e aveia (leite, banana prata, maçã e aveia)	Pão de milho com queijo minas padrão Suco de polpa de manga	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	Banana da terra cozida Leite com cacau	
LANCHE 01	Leite batido com polpa de goiaba	logurte de frutas	Maçã Suco de polpa de acerola	Vitamina de banana com aveia	Milho verde cozido	
ALMOÇO	Mix de repolho cru com tomate Arroz com atum (conserva), cenoura e milho verde Feijão Sobremesa: Laranja	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão	Salada cozida de cenoura e chuchu Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão	Salada de acelga com beterraba ralada Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão	Salada de alface com cenoura ralada Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa, cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão	
LANCHE 02	Sanduíche natural (pão de forma, frango, requeijão, milho e cenoura) Suco de polpa de manga	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de goiaba	logurte com frutas (banana, mamão e maçã)	Bolo mesclado Suco de polpa de caju	Torta de liquidificador de frango (recheio de frango e cenoura) Suco de polpa de abacaxi	
ENERGIA (kCal)	1083.21	1306.25	984.37	1149.40	1318.96	1168.44
PTN (g)	50.19	51.77	36.42	44.98	57.28	48.13
LIP (g)	32.54	51.46	28.27	39.48	29.45	36.24
CHO (g)	151.90	163.85	150.34	160.11	214.6	168.16
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA VESPERTINO (PARCIAL)

SEMANA 01						MÉDIA SEMANAL
REFEIÇÃO	2/2/2026	2/3/2026	2/4/2026	2/5/2026	2/6/2026	
LANCHE	Vitamina de polpa de goiaba com banana	Banana da terra cozida Polpa de manga ao leite	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó e aveia	Vitamina de morango (polpa de morango, leite, banana e aveia)	logurte com frutas (banana, mamão e maçã)	
ALMOÇO/ JANTAR	Salada de beterraba e chuchu cozidos Macarrão ao molho de atum (conserva) e tomate Feijão Sobremesa: Suco de polpa de abacaxi	Abóbora refogada com cheiro verde Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de acelga com pepino Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Cenoura ralada Carne bovina ensopada com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana prata	Salada de alface com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Abacaxi	
ENERGIA (kCal)	581.25	781.9	856.62	729.83	787.19	747.36
PTN (g)	26.61	31.14	31.97	32.7	31.66	30.82
LIP (g)	18.21	22.15	30.6	18.23	28.68	23.57
CHO (g)	82.86	120.48	117.21	112.13	104.37	107.41

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONALIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA VESPERTINO (PARCIAL)

SEMANA 02						
REFEição	2/9/2026	2/10/2026	2/11/2026	2/12/2026	2/13/2026	
LANCHE	Vitamina de polpa de manga com banana	Smootie de banana e mamão (leite, banana prata, mamão e aveia)	Trio de frutas (banana, maçã e mamão) com leite em pó e aveia	Banana da terra cozida iogurte de frutas	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	
ALMOÇO/ JANTAR	Salada pepino com tomate picadinho Isca de frango acebolada Arroz com cenoura Feijão Sobremesa: Laranja	Salada crua de repolho com tomate File de Tilápia ao forno com batata em camadas Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de goiaba	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de acelga e beterraba ralada Frango assado (filé de sobrecoxa) Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Couve refogada Farofa de beterraba Isca de carne suína Arroz branco Sobremesa: Banana prata	
ENERGIA (kCal)	718.22	784.63	685.74	786.89	713.23	737.74
PTN (g)	38.24	40.33	31.14	27.17	27.83	32.94
LIP (g)	19.29	24.88	20.72	31.19	22.38	23.69
CHO (g)	102.21	102.81	97.22	106.29	103.71	102.45
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						

MÉDIA SEMANAL



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA VESPERTINO (PARCIAL)

SEMANA 03					
REFEIÇÃO	2/16/2026	2/17/2026	2/18/2026	2/19/2026	2/20/2026
LANCHE				Biscoito salgado com manteiga Chocobom (leite, banana, cacau e aveia)	Vitamina de morango (polpa de morango, leite, banana e aveia)
ALMOÇO/ JANTAR	RECESSO	FERIADO	RECESSO	Salada cozida de chuchu e beterraba Carne moída refogada Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Salada de pepino com tomate Feijão tropeiro (feijão, carne suína, couve, ovo, banana e farinha de mandioca) Arroz branco Sobremesa: Suco de polpa de goiaba
ENERGIA (kCal)				831.99	773.57
PTN (g)				34.36	36.56
LIP (g)				35.17	21.41
CHO (g)				99.14	111.67
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS					

MÉDIA SEMANAL



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA VESPERTINO (PARCIAL)

SEMANA 04						MÉDIA SEMANAL
REFEição	2/23/2026	2/24/2026	2/25/2026	2/26/2026	2/27/2026	
LANCHE	Chocobom (banana, leite em pó, aveia e cacau)	Biscoito salgado com manteiga Vitamina de banana c/ maçã e aveia (leite, banana prata, maçã e aveia)	Trio de melancia, abacaxi e manga em cubos	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	Banana da terra cozida iogurte de frutas	
ALMOÇO/ JANTAR	Mix de repolho cru com tomate Arroz com atum (conserva), cenoura e milho verde Feijão Sobremesa: Laranja	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de abacaxi	Salada cozida de cenoura e chuchu Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de acelga com beterraba ralada Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Salada de alface com cenoura ralada Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa, cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	
ENERGIA (kCal)	628.92	923.71	632.3	801.89	926.06	820.99
PTN (g)	27.26	31.72	26.06	29.05	41.89	32.18
LIP (g)	16.64	38.02	21.79	39.87	21.14	30.21
CHO (g)	97.04	117.85	86.36	86.13	148.49	109.71
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						



CARDÁPIO EJA

SEMANA 01						MÉDIA SEMANAL
REFEição	2/2/2026	2/3/2026	2/4/2026	2/5/2026	2/6/2026	
JANTAR	Salada de beterraba e chuchu cozidos Macarrão ao molho de atum (conserva) e tomate Feijão Sobremesa: Suco de polpa de abacaxi	Abóbora refogada com cheiro verde Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de acelga com pepino Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Cenoura ralada Carne bovina ensopada com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana prata	Salada de alface com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Abacaxi	
ENERGIA (kCal)	410.26	506.21	621.59	521.1	600.87	532.01
PTN (g)	20.36	24.45	23.46	25.08	25.69	23.81
LIP (g)	12.49	16.46	23.67	11.84	24.24	17.74
CHO (g)	56.35	66.25	80.2	79.68	71.87	70.87
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						

SEMANA 02						MÉDIA SEMANAL
REFEição	2/9/2026	2/10/2026	2/11/2026	2/12/2026	2/13/2026	
JANTAR	Salada pepino com tomate picadinho Isca de frango acebolada Arroz com cenoura Feijão Sobremesa: Laranja	Salada crua de repolho com tomate File de Tilápia ao forno com batata em camadas Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de goiaba	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de acelga e beterraba ralada Frango assado (filé de sobrecoxa) Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Couve refogada Farofa de beterraba Isca de carne suína Arroz branco Sobremesa: Banana prata	
ENERGIA (kCal)	504.08	586.55	481.89	540.44	517.58	526.11
PTN (g)	31.89	32.91	24.08	21.59	20.71	26.24
LIP (g)	13.71	18.56	14.65	26.79	16.3	18.00
CHO (g)	64.13	72.92	64.5	55.08	73.36	66.00
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						



CARDÁPIO EJA

SEMANA 03						MÉDIA SEMANAL
REFEição	2/16/2026	2/17/2026	2/18/2026	2/19/2026	2/20/2026	
JANTAR	RECESSO	FERIADO	RECESSO	Salada cozida de chuchu e beterraba Carne moída refogada Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Salada de pepino com tomate Feijão tropeiro (feijão, carne suína, couve, ovo, banana e farinha de mandioca) Arroz branco Sobremesa: Suco de polpa de goiaba	
ENERGIA (kCal)				498.98	564.84	531.91
PTN (g)				25.2	28.94	27.07
LIP (g)				21.26	15.02	18.14
CHO (g)				53.03	79.22	66.13

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS

SEMANA 04						MÉDIA SEMANAL
REFEição	2/23/2026	2/24/2026	2/25/2026	2/26/2026	2/27/2026	
JANTAR	Mix de repolho cru com tomate Arroz com atum (conserva), cenoura e milho verde Feijão Sobremesa: Laranja	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Doce de abóbora cremoso caseiro com queijo minas	Salada cozida de cenoura e chuchu Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de acelga com beterraba ralada Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Salada de alface com cenoura ralada Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa, cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão Sobremesa: Milho verde cozido	
ENERGIA (kCal)	461.81	710.85	517.5	606.24	679.61	595.20
PTN (g)	21.15	30.39	22.93	21.93	36.31	26.54
LIP (g)	11.17	36.72	19.26	33.79	16.74	23.54
CHO (g)	71.54	65.08	64.22	55.78	97.28	70.78

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS