



BERÇÁRIO INTEGRAL

SEMANA 01						MÉDIA SEMANAL
REFEIÇÃO	9/1/2025	9/2/2025	9/3/2025	9/4/2025	9/5/2025	
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 <u>banana</u> amassada	
ALMOÇO	Sopa de legumes com carne moída (carne moída,macarrão,beterraba, chuchu e cenoura) Sobremesa: Maçã raspada	Creme de abóbora com carne suína (carne suína desfiada, <u>abóbora</u> , cheiro verde) Sobremesa: Melancia	<u>Abobrinha</u> refogada Polenta Frango (filé de coxa) assado e desfiado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão	Sopa de feijão com carne (feijão, macarrão, carne bovina desfiada, <u>batata doce</u> e cenoura) Sobremesa: <u>Banana</u>	Salada de tomate picado Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão	
LANCHE DA TARDE (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou laranja picada	Fórmula infantil ou manga picada	Fórmula infantil ou <u>banana</u> amassada	Fórmula infantil ou maçã raspada	Fórmula infantil ou melancia picada	
JANTAR	Sopa de legumes com frango (frango desfiado, macarrão, <u>inhame</u> , cenoura e couve)	Sopa de ervilha com carne bovina em cubos (ervilha seca, carne bovina)	Canjiquinha com legumes (<u>abóbora</u> , chuchu e tomate) Carne suína desfiada Feijão batido	Canja com frango desfiado (arroz branco, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde)	Caldo de <u>aipim</u> (aipim, couve refogada, carne em cubos desfiada) Feijão batido	
ENERGIA (kCal)	526.96	520.84	908.96	554.37	862.76	674.778
PTN (g)	40.09	38.32	36.4	33.24	44.07	38.424
LIP (g)	16.55	17.18	38.67	15.19	31.28	23.774
CHO (g)	56.05	56.31	108.45	70.56	103.48	78.97
CÁLCIO (mg)	229.58	216.85	269.54	201.46	276.89	238.864
FERRO (mg)	4.87	5.67	6.61	4.92	6.91	5.796
Vit A (mcg)	237.61	237.02	239.69	238.71	347.42	260.09
Vit C (mg)	57.14	59.63	81.69	53.81	60.73	62.6

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS

BERÇÁRIO INTEGRAL

SEMANA 02						MÉDIA SEMANAL
REFEIÇÃO	9/8/2025	9/9/2025	9/10/2025	9/11/2025	9/12/2025	
COLAÇÃO (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou laranja picada	Fórmula infantil ou melão picado	Fórmula infantil ou melancia picada	Fórmula infantil ou banana amassada	Fórmula infantil ou maçã raspada	
ALMOÇO	Canja de frango (arroz, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde) Sobremesa: Laranja picada	Salada de tomate picadinho Polenta Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã raspada	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão picado	Sopa de legumes com frango (macarrão, frango desfiado, batata, cenoura e chuchu) Sobremesa: Mamão picado	Purê de <u>inhame</u> Carne suína desfiada com cenoura Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Manga picada	
LANCHE DA TARDE (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou melancia picada	Fórmula infantil ou manga picada	Fórmula infantil ou laranja picada	Fórmula infantil ou maçã raspada	Fórmula infantil ou <u>banana</u> amassada	
JANTAR	Sopa de legumes e carne moída (carne moida, <u>batata doce, abóbora</u> , chuchu, macarrão e cheiro verde)	Creme de legumes com frango (filé de coxa desfiado, batata inglesa, cenoura e chuchu liquidificados)	Polenta c/ <u>couve</u> Carne suína ao molho de tomate Feijão batido	Caldo de batata com carne (batata, <u>couve</u> , carne em cubos desfiada e cheiro verde) Feijão batido	Creme de <u>abóbora</u> com frango (peito de frango desfiado, abóbora, cheiro verde)	
ENERGIA (kCal)	537.2	716.35	856.15	540.93	847.56	699.638
PTN (g)	33.39	31.38	46.01	38.66	40.24	37.936
LIP (g)	15.36	22.41	31.67	19.64	31.4	24.096
CHO (g)	67.43	97.99	98.18	52.53	105.55	84.336
CÁLCIO (mg)	218.21	206.25	319.33	240.19	299.33	256.662
FERRO (mg)	4.86	5.34	8.33	4.58	6.26	5.874
Vit A (mcg)	238.71	236.35	272.71	236.6	336.74	264.222
Vit C (mg)	75.59	50.05	95.52	92	87.87	80.206
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						

PREFEITURA MUNICIPAL DE
ITAPEMIRIM - ES

BERÇÁRIO INTEGRAL

SEMANA 03						MÉDIA SEMANAL
REFEIÇÃO	9/15/2025	9/16/2025	9/17/2025	9/18/2025	9/19/2025	
COLAÇÃO (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou mamão picado	Fórmula infantil ou melancia picada	Fórmula infantil ou banana amassada	Fórmula infantil ou abacaxi picado	Fórmula infantil ou maçã raspada	
ALMOÇO	Sopa de feijão (carne moída, chuchu, beterraba, macarrão e feijão) Sobremesa: Laranja picada	Repolho refogado Carne suína desfiada com abóbora Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão picado	Sopa de legumes com frango (macarrão, chuchu, cenoura, batata, beterraba e frango (filé de coxa) desfiado) Sobremesa: Maçã raspada	Sopa de feijão com abóbora, couve picadinho, aipim e carne em cubos Sobremesa: Banana amassada	Salada de tomate picadinho Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia picada	
LANCHE DA TARDE (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 banana amassada	
JANTAR	Canja de frango (arroz, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde)	Sopa de legumes c/ carne moída (carne moída, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura)	Caldo de aipim com carne suína (carne suína, aipim , couve e cheiro verde)	Caldo verde (batata, cenoura, couve e frango)	Polenta Carne moída com abobrinha ao molho de tomate Feijão	
ENERGIA (kCal)	550.63	725.2	607.88	536.67	904.97	665.07
PTN (g)	33.59	40.33	32.48	35.04	40.41	36.37
LIP (g)	15.26	24.81	21.65	18.01	32.64	22.474
CHO (g)	69.03	87.3	71.93	58.73	116.06	80.61
CÁLCIO (mg)	214.51	245.18	284.55	290.04	281.19	263.094
FERRO (mg)	4.87	6.16	3.87	4.67	6.72	5.258
Vit A (mcg)	238.71	236.01	294.54	273.12	347.16	277.908
Vit C (mg)	84.95	78.37	43.7	53.17	63.08	64.654

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS

BERÇÁRIO INTEGRAL

SEMANA 04						MÉDIA SEMANAL
REFEIÇÃO	9/22/2025	9/23/2025	9/24/2025	9/25/2025	9/26/2025	
COLAÇÃO (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou maçã picada	Fórmula infantil ou melão picado	Fórmula infantil ou <u>banana</u> amassada	Fórmula infantil ou mamão picado	Fórmula infantil ou laranja picada	
ALMOÇO	Salada de beterraba cozida Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Melancia picada	Salada cozida de chuchu com cenoura Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja picada	Canjiquinha com legumes (cenoura e chuchu) Carne suína ao molho de tomate Feijão batido Sobremesa: Maçã raspada	Canja de frango (arroz, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde) Sobremesa: Banana amassada	Salada de cenoura cozida Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, <u>salsa</u> , <u>cebolinha</u> verde, cebola e alho) Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão picado	
LANCHE DA TARDE (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou mamão picado	Fórmula infantil ou melancia picada	Fórmula infantil ou laranja picada	Fórmula infantil ou manga picada	Fórmula infantil ou maçã raspada	
JANTAR	Creme de <u>abóbora</u> com carne bovina desfiada e cheiro verde (abóbora, carne bovina, cheiro verde)	Canjiquinha com carne suína picadinha e legumes (batata inglesa, cenoura e tomate)	Caldo de <u>aipim</u> com frango e couve (filé de coxa desfiado, aipim e couve)	Sopa de ervilha com carne bovina em cubos (ervilha seca, carne bovina)	Sopa de feijão com frango em cubos (frango em cubos, macarrão, feijão, cenoura, chuchu e cheiro verde)	
ENERGIA (kCal)	762.19	732.93	645.45	547.91	722.39	682.17
PTN (g)	45.30	40.43	33.7	38.87	44.07	40.48
LIP (g)	28.92	30.15	24.64	18.42	22.02	24.83
CHO (g)	82.81	76.74	76.07	56.75	86.74	75.82
CÁLCIO (mg)	255.19	265.04	335.93	207.14	249.95	262.65
FERRO (mg)	6.86	6.49	4.89	5.44	6.07	5.95
Vit A (mcg)	274.92	309.57	272.47	275.66	277.31	281.99
Vit C (mg)	58.52	104.93	96.6	51.00	82.86	78.78

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



BERÇÁRIO INTEGRAL

SEMANA 05					
REFEIÇÃO	9/29/2025	9/30/2025			MÉDIA SEMANAL
COLAÇÃO (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou melancia picada	Fórmula infantil ou mamão picado			
ALMOÇO	Sopa de feijão com carne moída (carne moída, macarrão, feijão, cenoura, chuchu e cheiro verde) Sobremesa: <u>Abacaxi</u> picado	Beterraba cozida Purê de inhame Isca de frango acebolada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Macã raspada			
LANCHE DA TARDE (conforme aceitação)	Fórmula infantil ou melão picado	Fórmula infantil ou laranja picada			
JANTAR	Canja com frango desfiado (arroz branco, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde)	Polenta c/ <u>couve</u> Carne moída refogada com <u>abobrinha</u> Feijão batido			
ENERGIA (kCal)	549.05	933.15			741.10
PTN (g)	33.29	49.22			41.26
LIP (g)	15.23	36.58			25.91
CHO (g)	68.94	105.85			87.40
CÁLCIO (mg)	210.41	315.22			262.81
FERRO (mg)	4.93	7.15			6.04
Vit A (mcg)	238.71	266.34			252.52
Vit C (mg)	64.65	66.83			65.74
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONALIDADE DE PRODUTOS					



BERÇÁRIO INTEGRAL

OBS.:¹ Em obediência a Resolução nº 6, de 08 de maio de 2020 é proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE. Logo, as preparações aqui propostas não deverão ser adoçadas, sendo mantido o sabor doce intrínseco dos alimentos;

² As texturas das preparações devem obedecer a necessidade/ maturidade da faixa etária, bem como sua aceitabilidade. Logo, deve-se adaptar as preparações para bebês (de até 11 meses) abrandando a consistência dos alimentos (exemplo: frutas e vegetais cozidos, verduras abrandadas, arroz papa, feijão batido, etc) bem como evoluir a textura para os maiores, conforme seu desenvolvimento etário e maturação oral.



CRECHE INTEGRAL

SEMANA 01						MÉDIA SEMANAL
REFEIÇÃO	9/1/2025	9/2/2025	9/3/2025	9/4/2025	9/5/2025	
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 1 ANO	Ovos mexidos com orégano Suco de polpa de acerola	Biscoito de polvilho Suco de polpa de goiaba com leite	Bolo simples (c/ <u>banana</u>) Suco de polpa de abacaxi	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	Trio de frutas (<u>banana</u> , mamão e maçã) com leite em pó	
ALMOÇO	Salada de beterraba e chuchu cozidos Carne moída refogada com <u>batata doce</u> em cubinhos Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Maçã	Purê de <u>abóbora</u> Isca de carne suína acebolada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia	<u>Abobrinha</u> refogada Polenta Frango (filé de coxa) assado e desfiado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão	Cozido escolar (carne em cubos, <u>couve</u> , <u>abóbora</u> , batata doce, cenoura, milho, <u>banana da terra</u>) Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão	Salada de tomate picado Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: <u>Banana</u>	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 1 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de acerola	Quibe de forno recheado (carne moída, trigo, <u>hortelã</u> e cenoura) Suco de polpa de abacaxi	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó e aveia	Biscoito de polvilho Vitamina de <u>banana</u> com aveia	Bolo de cenoura com calda de cacau 100% Suco de polpa de manga	
JANTAR	Batata ensopada Frango picadinho ao molho de tomate Arroz branco (bem cozido) Feijão	Sopa de legumes com frango (frango desfiado, macarrão, <u>inhame</u> , cenoura e <u>couve</u>)	Canjiquinha com legumes (<u>abóbora</u> , chuchu e tomate) Carne suína desfiada Feijão batido	Salada de <u>alface</u> Frango (filé de coxa) dourado na cebola Arroz branco (bem cozido) Feijão batido	Caldo de <u>aipim</u> (aipim, couve refogada, carne em cubos desfiada) Feijão batido	
ENERGIA (kCal)	961.57	994.90	1074.51	1185.83	891.20	1021.60
PTN (g)	46.14	53.13	43.53	44.04	41.01	45.57
LIP (g)	36.45	37.90	46.40	45.06	25.98	38.36
CHO (g)	113.46	113.73	128.85	155.31	127.36	127.74
CÁLCIO (mg)	181.29	285.12	269.22	315.79	265.45	263.38
FERRO (mg)	6.36	4.51	5.81	7.20	5.30	5.84
Vit A (mcg)	219.80	664.90	102.45	208.58	164.95	272.13
Vit C (mg)	470.87	134.11	91.39	84.24	96.82	175.49

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CRECHE INTEGRAL

SEMANA 02						MÉDIA SEMANAL
	9/8/2025	9/9/2025	9/10/2025	9/11/2025	9/12/2025	
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 1 ANO	Biscoito de polvilho Leite batido com polpa de goiaba	Bolo de fubá (com uva passa) Leite com cacau 100%	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de caju	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 de abobrinha refogada Frango (filé de peito) ensopado com batata Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão	Repolho refogado com tomate Polenta Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Abacaxi	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana	Beterraba cozida Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Maçã	Couve refogada Farofa simples Carne suína desfiada acebolada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja	
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	Banana da terra cozida Leite com cacau 100%	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de manga	
JANTAR	Creme de abóbora com carne (carne bovina desfiada, abóbora, cheiro verde)	Sopa de legumes com frango (peito de frango, macarrão, batata doce , cenoura, chuchu e cheiro verde)	Salada de abobrinha cozida e tomate picadinho Isca de frango acebolada desfiada Arroz branco com cenoura Feijão	Canjiquinha com legumes (cenoura, chuchu e tomate) Carne suína desfiada Feijão batido	Tomate em cubinhos Carne moída refogada com inhame Arroz branco (bem cozido) Feijão	
ENERGIA (kCal)	922.41	1197.19	1036.34	953.66	1083.99	1038.72
PTN (g)	44.15	61.76	51.80	50.73	49.60	51.61
LIP (g)	34.41	45.26	33.20	39.79	37.91	38.11
CHO (g)	114.58	138.62	135.19	103.36	138.73	126.10
CÁLCIO (mg)	283.21	534.05	239.31	357.37	328.44	348.47
FERRO (mg)	4.97	5.08	7.14	5.14	6.71	5.81
Vit A (mcg)	206.27	753.46	165.26	209.38	164.71	299.82
Vit C (mg)	357.84	48.70	120.66	52.37	119.81	139.88

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONALIDADE DE PRODUTOS



CRECHE INTEGRAL

SEMANA 03

REFEIÇÃO	9/15/2025	9/16/2025	9/17/2025	9/18/2025	9/19/2025	MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 01 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	Bolo mesclado (com banana e cacau 100%) Suco de polpa de caju	Duo de frutas (banana e mamão) com leite em pó e aveia	Pão de milho com queijo muçarela Suco de polpa de manga	Biscoito polvilho Chocobom (leite, banana, cacau 100% e aveia)	
ALMOÇO	Salada beterraba ralada Purê de <u>aipim</u> Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Sobremesa: Laranja	Tomate em cubinhos Feijão tropeiro (feijão, carne suína, couve, ovo, banana e farinha de mandioca) Arroz branco (bem cozido) Sobremesa: Mamão	Cenoura à julienne Purê de <u>batata doce</u> Frango (filé de coxa) assado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: <u>Banana</u>	<u>Couve</u> refogada <u>Abóbora</u> refogada Isca de carne bovina Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: <u>Abacaxi</u>	Salada de <u>alface</u> com tomate Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 01 ANO	Biscoito de polvilho Leite com cacau 100%	Ovos mexidos Suco de polpa de acerola	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	<u>Banana da terra</u> cozida Leite quente	Pizza de pão de forma (pão, queijo, orégano e tomate) Suco de polpa de goiaba	
JANTAR	Canja de frango (arroz, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde)	Salada de beterraba cozida Pirão Moqueca de peixe Arroz branco (bem cozido) Feijão	Caldo de aipim com carne suína (carne suína, <u>aipim</u> , couve e cheiro verde)	Caldo verde (batata, cenoura, couve e frango)	Sopa de feijão com carne bovina (carne em cubos, macarrão, feijão, cenoura, chuchu e cheiro verde)	
ENERGIA (kCal)	998.37	1028.13	903.92	845.95	1021.84	959.64
PTN (g)	48.39	48.78	36.06	50.05	48.32	46.32
LIP (g)	34.48	38.72	35.40	28.62	38.87	35.22
CHO (g)	123.20	122.61	113.01	100.77	122.21	116.36
CÁLCIO (mg)	367.33	187.15	285.59	458.28	362.25	332.12
FERRO (mg)	4.82	5.39	5.87	5.92	5.15	5.43
Vit A (mcg)	279.81	123.26	224.60	247.71	291.71	233.42
Vit C (mg)	71.81	317.86	89.19	118.61	71.46	133.79
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						



CRECHE INTEGRAL

SEMANA 04						MÉDIA SEMANAL
REFEIÇÃO	9/22/2025	9/23/2025	9/24/2025	9/25/2025	9/26/2025	
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 01 ANO	Mingau de aveia (leite, aveia e banana)	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 (<u>banana</u> , maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	Pão de batata com manteiga Leite com cacau 100%	
ALMOÇO	<u>Abobrinha</u> refogada com tomate Frango dourado (filé de peito) Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Mamão	Repolho refogado com cenoura Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã	Canjiquinha com legumes (cenoura e chuchu) Carne suína ao molho de tomate Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia	Beterraba cozida Frango (filé de coxa) assado desfiado com batata Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: <u>Abacaxi</u>	Salada de <u>alface</u> com cenoura Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, <u>salsa</u> , <u>cebolinha</u> verde, cebola e alho) Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 01 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de goiaba	Bolo de laranja Suco de polpa de caju	Smoothie de banana e mamão (leite, <u>banana prata</u> , mamão e aveia)	Pão de hot dog com frango desfiado ao molho de tomate Suco de <u>maracujá</u> (fruta)	Torta de liquidificador de carne (recheio de carne moída e cenoura) Suco de polpa de abacaxi	
JANTAR	Salada de beterraba e cenoura cozidas Carne suína ao molho de tomate Arroz branco (bem cozido) Feijão	Creme de <u>abóbora</u> com batata doce e frango (peito de frango desfiado, abóbora, batata doce e cheiro verde)	Salada de <u>alface</u> com tomate Purê de <u>inhame</u> Frango (filé de coxa) ensopado Arroz branco (bem cozido) Feijão	Sopa de legumes com carne em cubos (carne bovina em cubos, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura)	Caldo de <u>aipim</u> com frango desfiado, chuchu e cenoura	
ENERGIA (kCal)	1049.48	1131.12	1078.28	933.62	969.72	1032.44
PTN (g)	42.01	63.95	45.45	56.21	57.68	53.06
LIP (g)	42.60	43.37	40.82	32.35	30.98	38.02
CHO (g)	127.63	126.28	135.78	107.73	115.01	122.48
CÁLCIO (mg)	303.15	297.19	394.12	283.54	390.66	333.73
FERRO (mg)	5.53	7.52	5.61	6.64	4.36	5.93
Vit A (mcg)	225.05	192.25	204.61	204.78	262.89	217.92
Vit C (mg)	82.98	115.73	62.88	76.81	71.70	82.02
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						



CRECHE INTEGRAL

SEMANA 05						
REFEIÇÃO	9/29/2025	9/30/2025				MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 01 ANO	Pão de hot dog com ovos mexidos Suco de polpa de manga	Bolo de banana com aveia Suco de polpa de goiaba				
ALMOÇO	Salada de cenoura cozida Carne moída refogada com abobrinha Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Melancia	Beterraba cozida Purê de inhame Isca de frango acebolada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja				
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 01 ANO	Biscoito de polvilho Leite com cacau 100%	Torta de liquidificador de frango (frango desfiado, milho e cenoura) Suco de polpa de abacaxi				
JANTAR	Sopa de feijão com frango (peito de frango, macarrão, feijão, inhame, beterraba e cheiro verde)	Sopa de ervilha com carne bovina em cubos (ervilha seca, carne bovina)				
ENERGIA (kCal)	1072.18	938.95				1005.56
PTN (g)	67.57	47.25				57.41
LIP (g)	40.75	36.03				38.39
CHO (g)	110.85	111.30				111.07
CÁLCIO (mg)	386.20	162.20				274.20
FERRO (mg)	6.74	5.70				6.22
Vit A (mcg)	266.46	204.71				235.59
Vit C (mg)	55.56	99.34				77.45
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						



CRECHE INTEGRAL

OBS.:¹ Em obediência a Resolução nº 6, de 08 de maio de 2020 é proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE. Logo, as preparações aqui propostas não deverão ser adoçadas, sendo mantido o sabor doce intrínseco dos alimentos;

² As texturas das preparações devem obedecer a necessidade/ maturidade da faixa etária, bem como sua aceitabilidade. Logo, deve-se adaptar as preparações para bebês (de até 11 meses) abrandando a consistência dos alimentos (exemplo: frutas e vegetais cozidos, verduras abrandadas, arroz papa, feijão batido, etc) bem como evoluir a textura para os maiores, conforme seu desenvolvimento etário e maturação oral.



CARDÁPIO CRECHE QUILOMBOLA - INTEGRAL

SEMANA 01						MÉDIA SEMANAL
REFEIÇÃO	9/1/2025	9/2/2025	9/3/2025	9/4/2025	9/5/2025	
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 1 ANO	Ovos mexidos com orégano Suco de polpa de acerola	Biscoito de polvilho Suco de polpa de goiaba com leite	Bolo simples (c/ <u>banana</u>) Suco de polpa de abacaxi	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	Trio de frutas (<u>banana</u> , mamão e maçã) com leite em pó	
ALMOÇO	Salada de beterraba e chuchu cozidos Carne moída refogada com <u>batata doce</u> em cubinhos Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Maçã	Purê de <u>abóbora</u> Isca de carne suína acebolada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia	<u>Abobrinha</u> refogada Polenta Frango (filé de coxa) assado e desfiado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Mamão	Cozido escolar (carne em cubos, couve, <u>abóbora</u> , <u>batata doce</u> , cenoura, milho, <u>banana da terra</u>) Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão	Salada de tomate picado Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Banana	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 1 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de acerola	Quibe de forno recheado (carne moída, trigo, <u>hortelã</u> e cenoura) Suco de polpa de abacaxi	Salada de frutas (<u>banana</u> , maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó e aveia	Biscoito de polvilho Vitamina de <u>banana</u> com aveia	Bolo de cenoura com calda de cacau 100% Suco de polpa de manga	
JANTAR	Batata ensopada Frango picadinho ao molho de tomate Arroz branco (bem cozido) Feijão	Sopa de legumes com frango (frango desfiado, macarrão, <u>inhame</u> , cenoura e <u>couve</u>)	Canjiquinha com legumes (<u>abóbora</u> , chuchu e tomate) Carne suína desfiada Feijão batido	Salada de <u>alface</u> Frango (filé de coxa) dourado na cebola Arroz branco (bem cozido) Feijão batido	Caldo de <u>aipim</u> (aipim, couve refogada, carne em cubos desfiada) Feijão batido	
ENERGIA (kCal)	961.57	994.90	1074.51	1185.83	891.20	1021.60
PTN (g)	46.14	53.13	43.53	44.04	41.01	45.57
LIP (g)	36.45	37.90	46.40	45.06	25.98	38.36
CHO (g)	113.46	113.73	128.85	155.31	127.36	127.74
CÁLCIO (mg)	181.29	285.12	269.22	315.79	265.45	263.38
FERRO (mg)	6.36	4.51	5.81	7.20	5.30	5.84
Vit A (mcg)	219.80	664.90	102.45	208.58	164.95	272.13
Vit C (mg)	470.87	134.11	91.39	84.24	96.82	175.49

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO CRECHE QUILOMBOLA - INTEGRAL

SEMANA 02						M É D I A S E M A N A L
	9/8/2025	9/9/2025	9/10/2025	9/11/2025	9/12/2025	
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 1 ANO	Biscoito de polvilho Leite batido com polpa de goiaba	Bolo de fubá (com uva passa) Leite com cacau 100%	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de caju	Ovos mexidos com orégano Suco de polpa de manga	Salada de frutas (<u>banana</u> , maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	
ALMOÇO	Salada de <u>abobrinha</u> refogada Frango (filé de peito) ensopado com batata Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melão	Repolho refogado com tomate Polenta Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: <u>Abacaxi</u>	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: <u>Banana</u>	Beterraba cozida Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Maçã	<u>Couve</u> refogada Farofa simples Carne suína desfiada acebolada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja	
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	<u>Banana da terra</u> cozida e leite com cacau 100%)	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de manga	
JANTAR	Creme de <u>abóbora</u> com carne (carne bovina desfiada, abóbora, cheiro verde)	Sopa de legumes com frango (peito de frango, macarrão, <u>batata doce</u> , cenoura, chuchu e cheiro verde)	Salada de <u>abobrinha</u> cozida e tomate picadinho Isca de frango acebolada desfiada Arroz branco com cenoura Feijão	Canjiquinha com legumes (cenoura, chuchu e tomate) Carne suína desfiada Feijão batido	Tomate em cubinhos Carne moída refogada com <u>inhame</u> Arroz branco (bem cozido) Feijão	
ENERGIA (kCal)	922.41	1197.19	1036.34	953.66	1083.99	1038.72
PTN (g)	44.15	61.76	51.80	50.73	49.60	51.61
LIP (g)	34.41	45.26	33.20	39.79	37.91	38.11
CHO (g)	114.58	138.62	135.19	103.36	138.73	126.10
CÁLCIO (mg)	283.21	534.05	239.31	357.37	328.44	348.47
FERRO (mg)	4.97	5.08	7.14	5.14	6.71	5.81
Vit A (mcg)	206.27	753.46	165.26	209.38	164.71	299.82
Vit C (mg)	357.84	48.70	120.66	52.37	119.81	139.88

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO CRECHE QUILOMBOLA - INTEGRAL

SEMANA 03						M É D I A S E M A N A L
REFEIÇÃO	9/15/2025	9/16/2025	9/17/2025	9/18/2025	9/19/2025	
CAFE DA MANHA A PARTIR DE 01 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	Bolo mesclado (com banana e cacau 100%) Suco de polpa de caju	Duo de frutas (banana e mamão) com leite em pó e aveia	Pão de milho com queijo muçarela Suco de polpa de manga	Biscoito polvilho Chocobom (leite, banana, cacau 100% e aveia)	
ALMOÇO	Salada beterraba ralada Purê de <u>aipim</u> Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Sobremesa: Laranja	Tomate em cubinhos Feijão tropeiro (feijão, carne suína, couve, ovo, banana e farinha de mandioca) Arroz branco (bem cozido) Sobremesa: Mamão	Cenoura à julienne Purê de <u>batata doce</u> Frango (filé de coxa) assado Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: <u>Banana</u>	<u>Couve</u> refogada <u>Abóbora</u> refogada Isca de carne bovina Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: <u>Abacaxi</u>	Salada de <u>alface</u> com tomate Batata sauté Strogonoff nutritivo de frango Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 01 ANO	Biscoito de polvilho Leite com cacau 100%	Ovos mexidos Suco de polpa de acerola	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de manga	<u>Banana da terra</u> cozida Leite quente	Pizza de pão de forma (pão, queijo, orégano e tomate) Suco de polpa de goiaba	
JANTAR	Canja de frango (arroz, peito de frango desfiado, cenoura, batata inglesa e cheiro verde)	Salada de beterraba cozida Pirão Moqueca de peixe Arroz branco (bem cozido) Feijão	Caldo de aipim com carne suína (carne suína, <u>aipim</u> , couve e cheiro verde)	Caldo verde (batata, cenoura, couve e frango)	Sopa de feijão com carne bovina (carne em cubos, macarrão, feijão, cenoura, chuchu e cheiro verde)	
ENERGIA (kCal)	998.37	1028.13	903.92	845.95	1021.84	959.64
PTN (g)	48.39	48.78	36.06	50.05	48.32	46.32
LIP (g)	34.48	38.72	35.40	28.62	38.87	35.22
CHO (g)	123.20	122.61	113.01	100.77	122.21	116.36
CÁLCIO (mg)	367.33	187.15	285.59	458.28	362.25	332.12
FERRO (mg)	4.82	5.39	5.87	5.92	5.15	5.43
Vit A (mcg)	279.81	123.26	224.60	247.71	291.71	233.42
Vit C (mg)	71.81	317.86	89.19	118.61	71.46	133.79

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO CRECHE QUILOMBOLA - INTEGRAL

SEMANA 04						M É D I A S E M A N A L
REFEIÇÃO	9/22/2025	9/23/2025	9/24/2025	9/25/2025	9/26/2025	
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 01 ANO	Mingau de aveia (leite, aveia e banana)	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 (<u>banana</u> , maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	Pão de batata com manteiga Leite com cacau 100%	
ALMOÇO	<u>Abobrinha</u> refogada com tomate Frango dourado (filé de peito) Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Mamão	Repolho refogado com cenoura Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Maçã	Canjiquinha com legumes (cenoura e chuchu) Carne suína ao molho de tomate Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Melancia	Beterraba cozida Frango (filé de coxa) assado desfiado com batata Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: <u>Abacaxi</u>	Salada de <u>alface</u> com cenoura Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, <u>salsa</u> , <u>cebolinha</u> verde, cebola e alho) Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja	
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 01 ANO	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de goiaba	Bolo de laranja Suco de polpa de caju	Smoothie de banana e mamão (leite, <u>banana prata</u> , mamão e aveia)	Pão de hot dog com frango desfiado ao molho de tomate Suco de <u>maracujá</u> (fruta)	Torta de liquidificador de carne (recheio de carne moída e cenoura) Suco de polpa de abacaxi	
JANTAR	Salada de beterraba e cenoura cozidas Carne suína ao molho de tomate Arroz branco (bem cozido) Feijão	Creme de <u>abóbora</u> com batata doce e frango (peito de frango desfiado, abóbora, batata doce e cheiro verde)	Salada de <u>alface</u> com tomate Purê de <u>inhame</u> Frango (filé de coxa) ensopado Arroz branco (bem cozido) Feijão	Sopa de legumes com carne em cubos (carne bovina em cubos, macarrão, batata inglesa, chuchu e cenoura)	Caldo de <u>aipim</u> com frango desfiado, chuchu e cenoura	
ENERGIA (kCal)	1049.48	1131.12	1078.28	933.62	969.72	1032.44
PTN (g)	42.01	63.95	45.45	56.21	57.68	53.06
LIP (g)	42.60	43.37	40.82	32.35	30.98	38.02
CHO (g)	127.63	126.28	135.78	107.73	115.01	122.48
CÁLCIO (mg)	303.15	297.19	394.12	283.54	390.66	333.73
FERRO (mg)	5.53	7.52	5.61	6.64	4.36	5.93
Vit A (mcg)	225.05	192.25	204.61	204.78	262.89	217.92
Vit C (mg)	82.98	115.73	62.88	76.81	71.70	82.02
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						



CARDÁPIO CRECHE QUILOMBOLA - INTEGRAL

SEMANA 05					
REFEIÇÃO	9/29/2025	9/30/2025			
CAFÉ DA MANHÃ A PARTIR DE 01 ANO	Pão de hot dog com ovos mexidos Suco de polpa de manga	Bolo de banana com aveia Suco de polpa de goiaba			
ALMOÇO	Salada de cenoura cozida Carne moída refogada com abobrinha Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Melancia	Beterraba cozida Purê de <u>inhame</u> Isca de frango acebolada Arroz branco (bem cozido) Feijão Sobremesa: Laranja			
LANCHE DA TARDE A PARTIR DE 01 ANO	Biscoito de polvilho Leite com cacau 100%	Torta de liquidificador de frango (frango desfiado, milho e cenoura) Suco de polpa de abacaxi			
JANTAR	Sopa de feijão com frango (peito de frango, macarrão, feijão, inhame, beterraba e cheiro verde)	Sopa de ervilha com carne bovina em cubos (ervilha seca, carne bovina)			
ENERGIA (kCal)	1072.18	938.95			1005.56
PTN (g)	67.57	47.25			57.41
LIP (g)	40.75	36.03			38.39
CHO (g)	110.85	111.30			111.07
CÁLCIO (mg)	386.20	162.20			274.20
FERRO (mg)	6.74	5.70			6.22
Vit A (mcg)	266.46	204.71			235.59
Vit C (mg)	55.56	99.34			77.45
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS					

MÉDIA SEMANAL



CARDÁPIO CRECHE QUILOMBOLA - INTEGRAL

OBS.:¹ Em obediência a Resolução nº 6, de 08 de maio de 2020 é proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE. Logo, as preparações aqui propostas não deverão ser adoçadas, sendo mantido o sabor doce intrínseco dos alimentos;

² As texturas das preparações devem obedecer a necessidade/ maturidade da faixa etária, bem como sua aceitabilidade. Logo, deve-se adaptar as preparações para bebês (de até 11 meses) abrandando a consistência dos alimentos (exemplo: frutas e vegetais cozidos, verduras abrandadas, arroz papa, feijão batido, etc) bem como evoluir a textura para os maiores, conforme seu desenvolvimento etário e maturação oral.

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - INTEGRAL

SEMANA 01						
REFEIÇÃO	9/1/2025	9/2/2025	9/3/2025	9/4/2025	9/5/2025	MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de hot dog com ovos com ovos mexidos Suco de polpa de acerola	Biscoito de maisena Suco de polpa de goiaba com leite	Bolo simples Suco de polpa de abacaxi	Pão de batata com requeijão Suco de polpa de manga	logurte com frutas (banana, mamão e maçã)	
LANCHE 01	Biscoito salgado Suco de polpa de manga	Maçã Leite com chocolate 50%	Vitamina de <u>banana</u> , mamão e aveia (leite, banana prata, mamão e aveia)	<u>Banana</u> Leite com canela e chocolate 50%	Rosquinha Suco de polpa de goiaba	
ALMOÇO	Salada de beterraba e chuchu cozidos Carne moída refogada com <u>batata doce</u> em cubos Macarrão ao sugo Feijão	Purê de <u>abóbora</u> Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão	Salada de <u>alface</u> com tomate Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão	Cozido escolar (carne em cubos, <u>couve</u> , <u>abóbora</u> , <u>batata doce</u> , cenoura, milho, <u>banana da terra</u>) Arroz branco Feijão	Salada de <u>alface</u> com pepino Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão	
LANCHE 02	Pão de batata com manteiga Leite com café	Quibe de forno recheado (carne moída, triguilho, <u>hortelã</u> , cenoura e requeijão) Suco de polpa de abacaxi	Salada de frutas (<u>banana</u> , maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó e aveia	Rosquinha doce Vitamina de banana com aveia (leite, <u>banana prata</u> e aveia)	Bolo de cenoura com calda de cacau Suco de polpa de manga	
ENERGIA (kCal)	1329.39	1165.36	1354.00	1216.5	1350.61	1283.2
PTN (g)	53.79	52.17	46.39	49.47	45.22	49.408
LIP (g)	43.3	42.61	47.56	30.74	45.16	41.874
CHO (g)	183.93	148.43	190.88	190.55	197.72	182.3

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - INTEGRAL

SEMANA 02						
REFEIÇÃO	9/8/2025	9/9/2025	9/10/2025	9/11/2025	9/12/2025	MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ	Rosquinha doce Leite batido com polpa de goiaba	Bolo de fubá Leite com chocolate 50%	Pão de batata com manteiga Leite com café	Pão de hot dog com ovos mexidos Suco de polpa de acerola	Salada de frutas (banana, maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	
LANCHE 01	Biscoito salgado Suco de polpa de abacaxi	Biscoito maisena Suco de polpa de manga	Maçã Chocobom (banana, leite em pó, aveia e chocolate 50%)	<u>Banana</u> Leite batido com polpa de goiaba	Pão com queijo Leite com canela	
ALMOÇO	Salada pepino com tomate picadinho <u>Abóbora</u> ao alho Carne moída refogada Arroz branco Feijão	Salada crua de mix de repolhos Frango (filé de coxa) ensopado com <u>inhame</u> Arroz branco Feijão	Duo de legumes cozidos (cenoura e <u>abobrinha</u>) Carne bovina ensopada com <u>aipim</u> Arroz branco Feijão	Salada de <u>alface</u> e beterraba ralada Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Feijão	<u>Couve</u> refogada Farofa simples Feijoada escolar (feijão, carne suína e cenoura) Arroz branco	
LANCHE 02	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de acerola	Biscoito salgado Vitamina de banana com maçã (leite, <u>banana prata</u> e maçã)	Trio de frutas (<u>banana</u> , maçã e mamão) com leite em pó e aveia	Bolo de fubá Leite com chocolate 50%	Pão de hot dog com carne moída Suco de polpa de manga	
ENERGIA (kCal)	1125.62	1369.17	1299.04	1300.01	1437.09	1306.19
PTN (g)	42.1	45.07	48.44	63.79	63.74	52.628
LIP (g)	34.31	51.1	41.14	44.53	40.58	42.332
CHO (g)	166.23	188.35	189.54	165.01	207.51	183.328
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - INTEGRAL

SEMANA 03						
REFEIÇÃO	9/15/2025	9/16/2025	9/17/2025	9/18/2025	9/19/2025	MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de milho com queijo muçarela Suco de polpa de manga	Bolo mesclado Suco de polpa de caju	Duo de frutas (banana e mamão) com leite em pó e aveia	Biscoito salgado com manteiga Chocobom (leite, banana, chocolate 50% e aveia)	Pão de batata com requeijão Leite com café	
LANCHE 01	Biscoito salgado Suco de polpa de abacaxi	Maçã Leite com chocolate 50%	Biscoito de maisena Suco de polpa de goiaba	Rosquinha <u>Maracujá</u> ao leite	Vitamina de banana, maçã e aveia (leite, banana prata, maçã e aveia)	
ALMOÇO	Salada beterraba ralada Purê de <u>aipim</u> Carne moída refogada Arroz branco (bem cozido) Feijão	Salada de pepino com tomate Feijão tropeiro (feijão, carne suína, couve, ovo, banana e farinha de mandioca) Arroz branco Suco de polpa de goiaba	Salada de acelga com cenoura ralada Purê de <u>batata doce</u> Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão	<u>Couve</u> refogada <u>Abóbora</u> refogada Isca de carne bovina Arroz branco Feijão	Salada de <u>alface</u> com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão	
LANCHE 02	Biscoito de maisena Leite com chocolate 50%	Pão com manteiga Suco de polpa de manga	Bolo de <u>banana</u> Suco de polpa de acerola	Pizza de pão de forma (pão de forma, queijo, orégano e tomate) Suco de polpa de abacaxi	<u>Banana da terra</u> cozida Leite com café	
ENERGIA (kCal)	1241.57	1269.47	1296.97	1309.54	1361.82	1295.9
PTN (g)	47.04	43.08	41.86	51.4	50.84	46.844
LIP (g)	39.14	30.98	47.56	42.85	46.83	41.472
CHO (g)	178.01	209.44	179.81	184.85	190.54	188.53
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - INTEGRAL

SEMANA 04						
REFEIÇÃO	9/22/2025	9/23/2025	9/24/2025	9/25/2025	9/26/2025	MÉDIA SEMANAL
CAFÉ DA MANHÃ	Mingau de amido c/ chocolate (amido, leite e chocolate 50%)	Biscoito salgado com manteiga 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	Pão de batata com manteiga Leite com café	
LANCHE 01	Biscoito salgado Leite batido com polpa de goiaba	Biscoito de maisena Suco de caju	Banana Leite com canela e chocolate 50%	Vitamina de banana com aveia (leite, banana prata e aveia)	Rosquinha Suco de abacaxi	
ALMOÇO	Mix de repolho cru com cenoura Carne moída refogada Arroz branco Feijão	Salada de abobrinha cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado com batata doce Arroz branco Feijão	Canjiquinha com legumes (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 Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa , cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão	
LANCHE 02	Pão de batata com manteiga Suco de polpa de abacaxi	Sanduíche natural (pão de forma, frango, requeijão, milho e cenoura) Suco de polpa de manga	Rosquinha doce Smoothie de banana e mamão (leite, banana prata, mamão e aveia)	Bolo de laranja Suco de polpa de caju	Torta de liquidificador de carne (recheio de carne moída e cenoura) Suco de polpa de goiaba	
ENERGIA (kCal)	1240.11	1406.64	1274.48	1144.58	1416.34	1296.4
PTN (g)	45.99	54.55	49.71	46.54	64.53	52.264
LIP (g)	36.75	51.45	36.8	39.55	42.79	41.468
CHO (g)	184.02	188.51	190.68	156.51	194.37	182.82
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						

CARDÁPIO FUNDAMENTAL - INTEGRAL

SEMANA 05						
	9/29/2025	9/30/2025				
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de batata com requeijão Leite com café	Bolo de banana Suco de polpa de goiaba				
LANCHE 01	Rosquinha Suco de goiaba	Maçã Leite com chocolate 50%				
ALMOÇO	Salada de cenoura cozida Carne moída refogada com <u>abobrinha</u> Macarrão ao sugo Feijão	Beterraba ralada Purê de <u>inhame</u> Isca de frango acebolada Arroz branco Feijão				
LANCHE 02	Biscoito salgado com manteiga Leite com chocolate 50%	Canjica (milho de canjica, açúcar, leite, coco ralado, canela)				
ENERGIA (kCal)	1246.59	1319.98				1283.3
PTN (g)	48.09	54.79				51.44
LIP (g)	46.11	40.86				43.485
CHO (g)	162.99	187.55				175.27
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

SEMANA 01					
REFEIÇÃO	9/1/2025	9/2/2025	9/3/2025	9/4/2025	9/5/2025
CAFÉ DA MANHÃ	Pão com ovos mexidos Suco de polpa de acerola	Biscoito de maisena Leite batido com polpa de goiaba	Bolo simples Suco de polpa de abacaxi	Pão de batata com requeijão Suco de polpa de manga	logurte com frutas (<u>banana</u> , mamão e maçã)
ALMOÇO/ JANTAR	Salada de beterraba e chuchu cozidos Carne moída refogada Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: <u>Abacaxi</u>	Salada de <u>alface</u> com tomate Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Cozido escolar (carne em cubos, <u>couve</u> , <u>abóbora</u> , <u>batata doce</u> , cenoura, milho, <u>banana da terra</u>) Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Quibe de forno recheado (carne moída, triguilho, <u>hortelã</u> , cenoura e requeijão) Suco de polpa de abacaxi Sobremesa: Maçã	Salada de <u>alface</u> com pepino Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga
ENERGIA (kCal)	795.54	874.46	851.69	554.72	775.76
PTN (g)	40.4	29.85	38.29	21.21	30.61
LIP (g)	27.17	34.1	20.5	13.66	28.59
CHO (g)	99.5	113.68	132.3	91.17	102.29

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

SEMANA 02					
REFEIÇÃO	9/8/2025	9/9/2025	9/10/2025	9/11/2025	9/12/2025
CAFÉ DA MANHÃ	Rosquinha doce Leite batido com polpa de goiaba	Bolo de fubá Leite com chocolate 50%	Pão com manteiga Suco de polpa de caju	Pão com ovos mexidos Suco de polpa de manga	Salada de frutas (banana , maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó
ALMOÇO/ JANTAR	Salada de abobrinha refogada Frango (filé de peito) ensopado com batata Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de goiaba	Pão com carne moída Suco de polpa de manga Sobremesa: Melancia	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada com aipim Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de abacaxi	Salada de alface e beterraba ralada Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Banana	Couve refogada Farofa simples Feijoada escolar (feijão, carne suína e cenoura) Arroz branco Sobremesa: Abacaxi
ENERGIA (kCal)	823.00	740.09	818.22	825.66	845.87
PTN (g)	29.23	28.7	29.77	45.65	38.46
LIP (g)	32.72	22.1	23.56	25.85	22.4
CHO (g)	105.06	109.59	122.94	104.57	127.04
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS					



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

SEMANA 03					
REFEIÇÃO	9/15/2025	9/16/2025	9/17/2025	9/18/2025	9/19/2025
CAFÉ DA MANHÃ	Pão de milho com queijo muçarela Suco de polpa de manga	Bolo mesclado Suco de polpa de caju	Duo de frutas (banana e mamão) com leite em pó e aveia	Biscoito salgado com manteiga Chocobom (leite, banana, chocolate 50% e aveia)	Pão de batata com queijo Leite com café
ALMOÇO/ JANTAR	Salada crua de beterraba ralada Purê de <u>aipim</u> Carne moída ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de acerola	Salada de pepino com tomate Feijão tropeiro (feijão, carne suína, <u>couve</u> , ovo, banana e farinha de mandioca) Arroz branco Sobremesa: <u>Abacaxi</u>	Salada de acelga com cenoura ralada Purê de <u>batata doce</u> Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: <u>Banana</u>	Pizza de pão de forma (pão de forma, queijo, orégano e tomate) Suco de polpa de abacaxi Sobremesa: Melancia	Salada de <u>alface</u> com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju
ENERGIA (kCal)	853.00	860.09	914.32	652.66	914.07
PTN (g)	36.95	33.14	33.64	18.67	36.26
LIP (g)	26.38	19.61	37.08	19.22	34.17
CHO (g)	118.56	140.57	115.12	106.28	116.05

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

SEMANA 04					
REFEIÇÃO	9/22/2025	9/23/2025	9/24/2025	9/25/2025	9/26/2025
CAFÉ DA MANHÃ	Mingau de amido c/ chocolate (amido, leite e chocolate 50%)	Biscoito salgado com manteiga 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 (<u>banana</u> , maçã, mamão e calda de laranja) com leite em pó	Pão de batata com manteiga Leite com chocolate 50%
ALMOÇO/ JANTAR	Salada crua de repolho e tomate <u>Abóbora</u> ao alho Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Sanduíche natural (pão de forma, frango, requeijão, milho e cenoura) Suco de <u>maracujá</u> (fruta) Sobremesa: Maçã	Canjiquinha com legumes (cenoura e <u>abobrinha</u>) Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de acelga com beterraba ralada Frango ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de abacaxi	Salada de <u>alface</u> com cenoura ralada Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, salsa, cebolinha verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja
ENERGIA (kCal)	816.53	762.77	789.75	658.81	914.33
PTN (g)	33.59	32.85	32.83	31.69	41.26
LIP (g)	23.45	25.7	21.8	18.81	25.43
CHO (g)	119.96	107.53	117.03	93.55	130.78

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

SEMANA 05					
REFEIÇÃO	9/29/2025	9/30/2025			
CAFÉ DA MANHÃ	Pão com queijo Suco de polpa de manga	Bolo de <u>banana</u> Suco de polpa de goiaba			
ALMOÇO/ JANTAR	Salada de cenoura cozida com <u>abobrinha</u> Isca de frango acebolada Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Abacaxi	Beterraba ralada Purê de <u>inhame</u> Carne moída ao sugo Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja			
ENERGIA (kCal)	738.47	936.63			
PTN (g)	31.62	43.25			
LIP (g)	22.27	26.63			
CHO (g)	106.5	135.03			
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS					



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

MÉDIA SEMANAL

770.434

32.072

24.804

107.788



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

MÉDIA SEMANAL

810.568

34.362

25.326

113.84



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

MÉDIA SEMANAL

838.828

31.732

27.292

119.316



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

MÉDIA SEMANAL

788.438

34.444

23.038

113.77



CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUND I E II (PARCIAL)

MÉDIA SEMANAL

837.55
37.435
24.45
120.765

CARDÁPIO EJA

SEMANA 01						MÉDIA SEMANAL
REFEição	9/1/2025	9/2/2025	9/3/2025	9/4/2025	9/5/2025	
JANTAR	Salada de beterraba e chuchu cozidos Carne moída refogada com batata doce em cubos Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Purê de abóbora Isca de carne suína acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Salada de alface com tomate Farofa de cebola Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	Cozido escolar (carne em cubos, couve, abóbora, batata doce , cenoura, milho, banana da terra) Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	Salada de alface com pepino Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Abacaxi	
ENERGIA (kCal)	537.5	518.68	626.51	516.02	596.69	559.08
PTN (g)	25.69	23.42	21.99	29.52	25.38	25.2
LIP (g)	16.35	18.6	25.42	11.54	24.18	19.218
CHO (g)	74.11	66.05	77.92	75.66	71.05	72.958

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS

SEMANA 02						MÉDIA SEMANAL
REFEição	9/8/2025	9/9/2025	9/10/2025	9/11/2025	9/12/2025	
JANTAR	Salada de abobrinha refogada Frango (filé de peito) ensopado com batata Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de goiaba	Salada pepino com tomate picadinho Inhame ensopado Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Abacaxi	Salada de alface e beterraba ralada Frango assado (Filé de sobrecoxa) Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: Suco de polpa de abacaxi	Duo de legumes cozidos (chuchu e cenoura) Carne bovina ensopada Arroz branco Feijão Sobremesa: Banana	Couve refogada Farofa simples Feijoada escolar (feijão, carne suína e cenoura) Arroz branco Sobremesa: Laranja	
ENERGIA (kCal)	560.8	510.85	544.29	490.44	654.75	552.23
PTN (g)	21.61	25.89	22.07	24.77	32.08	25.284
LIP (g)	23.63	12.9	26.78	14.74	16.38	18.886
CHO (g)	66.82	74.68	55.35	66.04	97.09	71.996

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS

SEMANA 03

CARDÁPIO EJA

REFEição	9/15/2025	9/16/2025	9/17/2025	9/18/2025	9/19/2025	MÉDIA SEMANAL
JANTAR	Salada crua de beterraba ralada Purê de <u>aipim</u> Carne moída ao molho de tomate Macarrão ao alho e óleo Feijão Sobremesa: <u>Abacaxi</u>	Salada de pepino com tomate Feijão tropeiro (feijão, carne suína, couve, ovo, banana e farinha de mandioca) Arroz branco Sobremesa: Suco de polpa de acerola	Salada de acelga com cenoura ralada Purê de <u>batata doce</u> Frango (filé de coxa) assado Arroz branco Feijão Sobremesa: <u>Banana</u>	<u>Couve</u> refogada <u>Abóbora</u> ao alho Isca de carne bovina ensopada Arroz branco Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de <u>alface</u> com tomate Batata sauté Strogonoff de frango Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de caju	
ENERGIA (kCal)	678.88	563.21	716.24	501.76	584.16	608.85
PTN (g)	30.00	29.18	26.22	26.76	24.96	27.424
LIP (g)	28.73	14.91	30.76	14.03	24.18	22.522
CHO (g)	77.86	78.82	85.23	68.99	67.66	75.712
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						

SEMANA 04						MÉDIA SEMANAL
REFEição	9/22/2025	9/23/2025	9/24/2025	9/25/2025	9/26/2025	
JANTAR	Salada crua de repolho e tomate <u>Abóbora</u> ao alho Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Maçã	Canjiquinha com legumes (cenoura e chuchu) Carne suína ao molho de tomate Arroz branco Feijão Sobremesa: <u>Abacaxi</u>	Salada de <u>abobrinha</u> cozida com cheiro verde Frango (filé de coxa) assado com <u>batata doce</u> Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de manga	Salada de acelga com beterraba ralada Carne moída refogada Arroz branco Feijão Sobremesa: Suco de polpa de abacaxi	Salada de <u>alface</u> com cenoura ralada Pirão Moqueca (peixe, tomate, coentro, <u>salsa</u> , <u>cebolinha</u> verde, cebola e alho) Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja	
ENERGIA (kCal)	508.13	533.57	587.27	463.16	591.14	536.65
PTN (g)	25.49	24.9	20.28	24.57	31.62	25.372
LIP (g)	14.9	16.63	23.3	12.73	14.34	16.38
CHO (g)	70.14	72.36	75.39	63.2	84.92	73.202
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS						

CARDÁPIO EJA

SEMANA 05					
REFEIÇÃO	9/29/2025	9/30/2025			
JANTAR	Salada de cenoura cozida Carne moída refogada com <u>abobrinha</u> Macarrão ao sugo Feijão Sobremesa: <u>Abacaxi</u>	Beterraba ralada Purê de <u>inhame</u> Isca de frango acebolada Arroz branco Feijão Sobremesa: Laranja			
ENERGIA (kCal)	506.59	636.93			571.76
PTN (g)	26.17	36.46			31.315
LIP (g)	18.39	19.17			18.78
CHO (g)	61.98	81.28			71.63
CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES DEVIDO A SAZONILIDADE DE PRODUTOS					