



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 02 a 06 de junho de 2025

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	02/06/25	03/06/25	04/06/25	05/06/25	06/06/25
Lanche	Suco de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Farofa de verdura	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A
Lanche	Mousse de feculento c/ fruta Opção: Fruta	Suco de fruta Torta de legumes c/ proteína	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Vitamina de frutas Bolo de fruta c/ legume vit. A	Suco de frutas Bolo de leite em pó
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ Legume Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	895,12 kcal	140,20g	39,30g	19,68g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)					
	02/06/25	03/06/25	04/06/25	05/06/25	06/06/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Leite c/ chocolate Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Farofa de verdura	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A
Lanche	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Torta de legumes c/ proteína	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Vitamina de frutas Bolo de fruta c/ legume vit. A	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ Legume Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	998,32 kcal	159,79g	42,81g	20,88g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)					
	02/06/25	03/06/25	04/06/25	05/06/25	06/06/25
Lanche A (BII e MI)	Suco de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor		Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	
ALMOÇO	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Farofa de verdura	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A
LANCHE (BII e MI)	Mousse de feculento c/ fruta Opção: Fruta	Suco de fruta Torta de legumes c/ proteína	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Vitamina de frutas Bolo de fruta c/ legume vit. A	Suco de frutas Bolo de leite em pó
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor				Suco de frutas Pão c/ enriquecedor
JANTAR	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ Legume Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	895,12 kcal	140,20g	39,30g	19,68g	CRECHES 1 a 3 anos
	998,32 kcal	159,79g	42,81g	20,88g	EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	02/06/25	03/06/25	04/06/25	05/06/25	06/06/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Leite c/ chocolate Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Farofa de verdura	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A
Lanche	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Torta de legumes c/ proteína	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Vitamina de frutas Bolo de fruta c/ legume vit. A	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	1172,27 kcal	172,89g	47,39g	32,35g	EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos
	1465,33 kcal	216,11g	59,23g	40,43g	EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	02/06/25	03/06/25	04/06/25	05/06/25	06/06/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Leite c/ chocolate Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Farofa de verdura	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	874,50 kcal	135,24g	40,32g	19,14g	
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	02/06/25	03/06/25	04/06/25	05/06/25	06/06/25
Jantar	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Farofa de verdura	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	655,15 kcal	107,96g	33,35g	9,99g	

OBS 1: Cardápio sujeito à alteração de acordo com a disponibilidade de gêneros e safra

OBS 2: Este cardápio poderá ser alterado pelo nutricionista de cada Unidade Escolar, caso haja necessidade.

Responsável Técnica: Sofia Bonna Boschetti Barbosa CRN 3 - 10.903