



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 16 a 20 de junho de 2025

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	16/06/25	17/06/25	18/06/25	19/06/25	20/06/25
Lanche	Suco de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão preto Proteína Quibebe de legume vit. A	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche	Vitamina de fruta Pão de leite em pó	Vitamina de frutas Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Torta de legumes	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Salada de legume c/ salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	884,23 kcal	134,03g	39,53g	21,11g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)					
	16/06/25	17/06/25	18/06/25	19/06/25	20/06/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Arroz doce (opção: biscoito) Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão preto Proteína Quibebe de legume vit. A	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche	Vitamina de fruta Pão c/ patê de legume vit. A c/ proteína	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Torta de legumes	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Salada de legume c/ salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	931,11 kcal	149,78g	40,45g	18,91g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)					
	16/06/25	17/06/25	18/06/25	19/06/25	20/06/25
Lanche A (BII e MI)	Suco de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Suco de frutas Pão c/ enriquecedor		Arroz doce (opção: biscoito) Fruta		
ALMOÇO	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão preto Proteína Quibebe de legume vit. A	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE (BII e MI)	Vitamina de fruta Pão de leite em pó	Vitamina de frutas Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Torta de legumes	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de fruta Pão c/ patê de legume vit. A	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor			
JANTAR	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Salada de legume c/ salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	884,23 kcal	134,03g	39,53g	21,11g	CRECHES 1 a 3 anos
	931,11 kcal	149,78g	40,45g	18,91g	EME/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	16/06/25	17/06/25	18/06/25	19/06/25	20/06/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Arroz doce Fruta (opção: biscoito salgado)	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão preto Proteína Quibebe de legume vit. A	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche	Vitamina de fruta Pão c/ patê de legume vit. A e proteína	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Torta de legumes	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	1115,12 kcal	164,36g	46,11g	30,36g	EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos
	1393,90 kcal	205,45g	57,63g	37,95g	EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	16/06/25	17/06/25	18/06/25	19/06/25	20/06/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Arroz doce Fruta (opção: biscoito salgado)	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão preto Proteína Quibebe de legume vit. A	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	850,46 kcal	138,53g	38,31g	15,90g	
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	16/06/25	17/06/25	18/06/25	19/06/25	20/06/25
Jantar	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão preto Proteína Quibebe de legume vit. A	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	633,24 kcal	103,69g	33,38g	9,44g	

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