



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 23 a 27 de Outubro de 2023

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	23/10/23	24/10/23	25/10/23	26/10/23	27/10/23
Lanche	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Omelete de forno	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	Salada de feculento Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de legume vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz com feijão Proteína c/ molho de tomate Legume vit. A cozido
Lanche	Suco de fruta Bolo de frutas	Suco de frutas Torta de legumes	Salada de frutas	Mousse de chocolate (cacau em pó c/ frutas)	Suco de fruta Pão de queijo de forma
Jantar	Arroz com feijão Proteína c/ legume vit. A cozido Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, verdura) e proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A	Sopa de feijão c/ legumes (legume, legume vit. A, macarrão) c/ proteína Fruta

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)					
	23/10/23	24/10/23	25/10/23	26/10/23	27/10/23
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Biscoito
Almoço	Salada de feculento Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de legume vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz com feijão Proteína c/ molho de tomate Legume vit. A cozido
Lanche	Suco de fruta Bolo de frutas	Suco de frutas Torta de legumes	Salada de frutas	Suco de frutas Bolo de fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
Jantar	Arroz com feijão Proteína c/ legume vit. A cozido Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, verdura) e proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A	Sopa de feijão c/ legumes (legume, legume vit. A, macarrão) c/ proteína Fruta

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)					
	23/10/23	24/10/23	25/10/23	26/10/23	27/10/23
Lanche A (BII e MI)	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Omelete de forno	Vitamina de frutas Fruta
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de frutas Biscoito	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Biscoito
ALMOÇO	Salada de feculento Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de legume vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz com feijão Proteína c/ molho de tomate Legume vit. A cozido
LANCHE (BII e MI)	Suco de fruta Bolo de frutas	Suco de frutas Torta de legumes	Salada de frutas	Mousse de chocolate (cacau em pó c/ frutas)	Suco de fruta Pão de queijo de forma
LANCHE (MII, JD, PRÉ)					
JANTAR	Arroz com feijão Proteína c/ legume vit. A cozido Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, verdura) e proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Farofa de legume vit. A	Sopa de feijão c/ legumes (legume, legume vit. A, macarrão) c/ proteína Fruta
					CRECHES 1 a 3 anos
					EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	23/10/23	24/10/23	25/10/23	26/10/23	27/10/23
Lanche	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Biscoito	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
Almoço	Salada de feculento Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de legume vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Arroz com feijão Proteína c/ molho de tomate Legume vit. A cozido
Lanche	Vitamina de fruta Pão c/ patê de legume vit. A	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Pão c/ proteína	Suco de fruta Torta de legume e proteína	Vitamina de frutas Biscoito

EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos

EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	23/10/23	24/10/23	25/10/23	26/10/23	27/10/23
Lanche	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Biscoito	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
Almoço	Salada de feculento Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de legume vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz com feijão Proteína c/ molho tomate Legume vit. A cozido
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	23/10/23	24/10/23	25/10/23	26/10/23	27/10/23
Jantar	Salada de feculento Arroz c/ feijão Proteína c/ tomate Fruta	Salada de legume vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Salada de legume Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Arroz com feijão Proteína c/ molho tomate Legume vit. A cozido

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