



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 18 a 22 de Setembro de 2023

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	18/09/23	19/09/23	20/09/23	21/09/23	22/09/23
Lanche	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Suco de frutas Omelete de forno	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
Almoço	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Sal. Legume vit. A ralada Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
Lanche	Suco de fruta Torta de legumes	Leite batido c/ fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Bolo de fubá	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
Jantar	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, legume) e proteína Fruta	Sopa de feijão c/ legumes (feculento c/ legumes e proteína) Fruta	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)

	18/09/23	19/09/23	20/09/23	21/09/23	22/09/23
Lanche	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Bolinho individual	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
Almoço	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Sal. Legume vit. A ralada Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
Lanche	Suco de fruta Torta de legumes	Leite batido c/ fruta Bolo de fruta	Suco de fruta Pão c/ proteína	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
Jantar	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, legume) e proteína Fruta	Sopa de feijão c/ legumes (feculento c/ legumes e proteína) Fruta	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)

	18/09/23	19/09/23	20/09/23	21/09/23	22/09/23
Lanche A (BII e MI)	Vitamina de frutas	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Omelete de forno	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Biscoito		
ALMOÇO	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Sal. Legume vit. A ralada Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
LANCHE (BII e MI)	Suco de fruta Torta de legumes	Leite batido c/ fruta Bolo de fruta	Suco de fruta Bolo de fubá	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
LANCHE (MII, JD, PRÉ)					
JANTAR	Macarrão c/ molho de tomate Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, legume) e proteína Fruta	Sopa de feijão c/ legumes (feculento c/ legumes e proteína) Fruta	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
					CRECHES 1 a 3 anos
					EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL

	18/09/23	19/09/23	20/09/23	21/09/23	22/09/23
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Bolinho individual	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
Almoço	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Sal. Legume vit. A ralada Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Leite c/ chocolate Biscoito	Suco de fruta Torta de legumes	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO

EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos
EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	18/09/23	19/09/23	20/09/23	21/09/23	22/09/23
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Bolinho individual	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
Almoço	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Sal. Legume vit. A ralada Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	18/09/23	19/09/23	20/09/23	21/09/23	22/09/23
Jantar	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Sal. Legume vit. A ralada Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta Fruta	SEMANA DA EDUCAÇÃO	SEMANA DA EDUCAÇÃO

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