



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 14 a 18 de Agosto de 2023

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	14/08/23	15/08/23	16/08/23	17/08/23	18/08/23
Lanche	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Suco de frutas Omelete de forno	Leite c/ cacau em pó Fruta	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ legume Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína c/ Feculento cozido	Salada mix de verduras Macarrão c/ molho de tomate Proteína em iscas Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão preto Proteína Farofa de verdura	Sal. legume vit. A c/ tomate Macarrão c/ molho branco Proteína em tiras Fruta
Lanche	Suco de fruta Torta colorida (arroz e legumes)	Leite batido c/ fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Bolo de fubá	Vitamina de fruta Bolinho de feculento c/ legume	Suco de frutas Torta de legume c/ proteína
Jantar	Macarrão c/ molho de tomate Proteína em iscas Legume vit. A cozido Fruta	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, legume) e proteína Fruta	Canja (arroz, feculento, legume vit. A e proteína) Fruta	Arroz c/ feijão Omelete de legumes (legume vit. A e legumes) Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada Fruta

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)

	14/08/23	15/08/23	16/08/23	17/08/23	18/08/23
Lanche	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Biscoito	Suco de frutas Bolinho individual	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor
Almoço	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ legume Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína c/ Feculento cozido	Salada mix de verduras Macarrão c/ molho de tomate Proteína em iscas Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão preto Proteína Farofa de verdura	Sal. legume vit. A c/ tomate Macarrão c/ molho branco Proteína em tiras Fruta
Lanche	Suco de fruta Torta colorida (arroz e legumes)	Leite batido c/ fruta Bolo de fruta	Suco de fruta Pão c/ proteína	Vitamina de fruta Biscoito	Suco de fruta Torta de legume c/ proteína
Jantar	Macarrão c/ molho de tomate Proteína em iscas Legume vit. A cozido Fruta	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, legume) e proteína Fruta	Canja (arroz, feculento, legume vit. A e proteína) Fruta	Arroz c/ feijão Omelete de legumes (legume vit. A e legumes) Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada Fruta

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)

	14/08/23	15/08/23	16/08/23	17/08/23	18/08/23
Lanche A (BII e MI)	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Omelete de forno	Leite c/ cacau em pó Fruta	Vitamina de frutas Fruta
Lanche (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Biscoito	Leite c/ cacau em pó Bolinho individual	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
Almoço	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ legume Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína c/ Feculento cozido	Salada mix de verduras Macarrão c/ molho de tomate Proteína em iscas Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão preto Proteína Farofa de verdura	Sal. legume vit. A c/ tomate Macarrão c/ molho branco Proteína em tiras Fruta
Lanche (BII e MI)	Suco de fruta Torta colorida (arroz e legumes)	Leite batido c/ fruta Bolo de fruta simples	Suco de fruta Bolo de fubá	Vitamina de fruta Bolinho de feculento c/ legume	Suco de frutas Torta de legume c/ proteína
Lanche (MII, JD, PRÉ)				Vitamina de fruta Biscoito	
Jantar	Macarrão c/ molho de tomate Proteína em iscas Legume vit. A cozido Fruta	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, legume) e proteína Fruta	Canja (arroz, feculento, legume vit. A e proteína) Fruta	Arroz c/ feijão Omelete de legumes (legume vit. A e legumes) Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada Fruta
					CRECHES 1 a 3 anos EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL

	14/08/23	15/08/23	16/08/23	17/08/23	18/08/23
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Bolinho individual	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ legume Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína c/ Feculento cozido	Salada mix de verduras Macarrão c/ molho de tomate Proteína em iscas Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão preto Proteína Farofa de verdura	Sal. legume vit. A c/ tomate Macarrão c/ molho branco Proteína em tiras Fruta
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Leite c/ chocolate Biscoito	Chá mate c/ fruta Torta de legumes	Leite batido c/ fruta Pão c/ proteína	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
					EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	14/08/23	15/08/23	16/08/23	17/08/23	18/08/23
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Leite batido c/ fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Bolinho individual	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ legume Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína c/ Feculento cozido	Salada mix de verduras Macarrão c/ molho de tomate Proteína em iscas Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão preto Proteína Farofa de verdura	Sal. legume vit. A c/ tomate Macarrão c/ molho branco Proteína em tiras Fruta
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	14/08/23	15/08/23	16/08/23	17/08/23	18/08/23
Jantar	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ legume Fruta	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína c/ Feculento cozido	Salada mix de verduras Macarrão c/ molho de tomate Proteína em iscas Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão preto Proteína Farofa de verdura	Sal. legume vit. A c/ tomate Macarrão c/ molho branco Proteína em tiras Fruta

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