



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 04 a 08 de maio de 2026

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	04/05/26	05/05/26	06/05/26	07/05/26	08/05/26
Lanche	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Arroz c/ feijão Proteína acebolada Fruta
Lanche	Suco de frutas Bolo de leite em pó	Creme de frutas e leite em pó	Suco de fruta Proteína de forno	Suco de frutas Bolo de fruta	Suco de fruta Pão de feculento
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume c/ proteína) Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LÍPÍDEOS	
	873,49 kcal	136,35g	41,32g	18,09g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)

	04/05/26	05/05/26	06/05/26	07/05/26	08/05/26
Lanche	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Leite c/ chocolate Fruta
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Arroz c/ feijão Proteína acebolada Fruta
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Torta de legumes	Suco de fruta Pão c/ proteína	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume c/ proteína) Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	967,81 kcal	157,46g	43,43g	18,25g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)

	04/05/26	05/05/26	06/05/26	07/05/26	08/05/26
Lanche A (BII e MI)	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor		Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Leite c/ chocolate Fruta
ALMOÇO	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Arroz c/ feijão Proteína acebolada Fruta
LANCHE (BII e MI)	Suco de frutas Bolo de leite em pó	Creme de frutas e leite em pó	Suco de fruta Proteína de forno	Suco de frutas Bolo de fruta	Suco de fruta Pão de flocos
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Suco de frutas Pão c/ enriquecedor		Suco de fruta Pão c/ proteína	Suco de frutas Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
JANTAR	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, flocos, legume c/ proteína) Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Flocos cozidos Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LÍPÍDEOS	
	873,49 kcal	136,35g	41,32g	18,09g	CRECHES 1 a 3 anos
	967,81 kcal	157,46g	43,43g	18,25g	EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL

	04/05/26	05/05/26	06/05/26	07/05/26	08/05/26
Lanche	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Leite c/ chocolate Frutas
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Arroz c/ feijão Proteína acebolada Fruta
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Torta de legumes	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Pão c/ proteína	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	1172,89 kcal	175,31g	48,58g	30,37g	EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos
	1466,11 kcal	219,13g	60,72g	37,96g	EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	04/05/26	05/05/26	06/05/26	07/05/26	08/05/26
Lanche	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Leite c/ chocolate Fruta
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Arroz c/ feijão Proteína acebolada Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	919,57 kcal	141,16g	42,63g	20,49g	
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	04/05/26	05/05/26	06/05/26	07/05/26	08/05/26
Jantar	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Verdura refogada	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Arroz c/ feijão Proteína acebolada Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	668,21 kcal	110,79g	34,19g	9,81g	

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