



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 04 a 08 de agosto de 2025

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	04/08/25	05/08/25	06/08/25	07/08/25	08/08/25
Lanche	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta
Almoço	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
Lanche	Vitamina de fruta Torta de legumes c/ proteína	Vitamina de frutas Cookies de fruta c/ aveia	Salada de frutas c/ aveia	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Vitamina de frutas Bolo de leite em pó
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Sopa de legumes c/ feijão (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ Legume Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LÍPÍDEOS	
	956,30 kcal	152,42g	42,77g	19,46g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)

	04/08/25	05/08/25	06/08/25	07/08/25	08/08/25
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Leite c/ chocolate Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Biscoito	Frapê de fruta Fruta
Almoço	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
Lanche	Suco de fruta Torta de legumes c/ proteína	Vitamina de fruta Biscoito	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Sopa de legumes c/ feijão (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ Legume Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	966,71 kcal	153,78g	42,11g	20,35g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)

	04/08/25	05/08/25	06/08/25	07/08/25	08/08/25
Lanche A (BII e MI)	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de frutas Biscoito	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor		Vitamina de frutas Biscoito	Frapê de fruta Fruta
ALMOÇO	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
LANCHE (BII e MI)	Vitamina de fruta Torta de legumes c/ proteína	Vitamina de frutas Cookies de fruta c/ aveia	Salada de frutas c/ aveia	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Vitamina de frutas Bolo de leite em pó
LANCHE (MII, JD, PRÉ)		Vitamina de frutas Biscoito	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor		Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
JANTAR	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Sopa de legumes c/ feijão (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ Legume Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Salada de legumes vit. A Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	956,30 kcal	152,42g	42,77g	19,46g	CRECHES 1 a 3 anos
	966,71 kcal	153,78g	42,11g	20,35g	EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL

	04/08/25	05/08/25	06/08/25	07/08/25	08/08/25
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Leite c/ chocolate Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Biscoito	Frapê de fruta Fruta
Almoço	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
Lanche	Suco de fruta Torta de legumes c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Biscoito	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	1198,04 kcal	176,76g	50,03g	32,32g	EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos
	1497,55 kcal	220,95g	62,53g	40,40g	EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	04/08/25	05/08/25	06/08/25	07/08/25	08/08/25
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Leite c/ chocolate Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Biscoito	Frapê de fruta Fruta
Almoço	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	916,94 kcal	143,18g	42,36g	19,42g	
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	04/08/25	05/08/25	06/08/25	07/08/25	08/08/25
Jantar	Salada de verdura Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	659,78 kcal	108,20g	34,11g	10,06g	

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