



## CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 07 a 11 de abril de 2025**

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	07/04/25	08/04/25	09/04/25	10/04/25	11/04/25
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Fruta
<b>Almoço</b>	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de verdura à vinagrete Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
<b>Lanche</b>	Suco de fruta Bolinho de feculento c/ legume	Salada de frutas c/ aveia	Vitamina de frutas Fruta	Suco de frutas Torta de legumes	Vitamina de frutas Fruta
<b>Jantar</b>	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, verdura) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Sopa de legumes c/ macarrão (legume, legume vit. A, feculento) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume refogado Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	824,21 kcal	129,98g	38,25g	16,81g	

**PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)**

	<b>07/04/25</b>	<b>08/04/25</b>	<b>09/04/25</b>	<b>10/04/25</b>	<b>11/04/25</b>
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
<b>Almoço</b>	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de verdura à vinagrete Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
<b>Lanche</b>	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Salada de frutas c/ aveia	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Torta de legumes	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor
<b>Jantar</b>	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, verdura) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Sopa de legumes c/ macarrão (legume, legume vit. A, feculento) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume refogado Fruta
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	908,65 kcal	141,94g	41,46g	19,45g	

**PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)**

	<b>07/04/25</b>	<b>08/04/25</b>	<b>09/04/25</b>	<b>10/04/25</b>	<b>11/04/25</b>
<b>Lanche A (BII e MI)</b>	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Fruta
<b>LANCHE (MII, JD, PRÉ)</b>	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor			Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
<b>ALMOÇO</b>	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de verdura à vinagrete Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
<b>LANCHE (BII e MI)</b>	Suco de fruta Bolinho de feculento c/ legume	Salada de frutas c/ aveia	Vitamina de frutas Fruta	Suco de frutas Torta de legumes	Vitamina de frutas Fruta
<b>LANCHE (MII, JD, PRÉ)</b>	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor		Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor		Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
<b>JANTAR</b>	Salada de legume c/ salsa Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, verdura) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Sopa de legumes c/ macarrão (legume, legume vit. A, feculento) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume refogado Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	824,21 kcal	129,98g	38,25g	16,81g	<b>CRECHES 1 a 3 anos</b>
	908,65 kcal	141,94g	41,46g	19,45g	<b>EMEI/PI a partir de 3 anos</b>

**PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL**

	<b>07/04/25</b>	<b>08/04/25</b>	<b>09/04/25</b>	<b>10/04/25</b>	<b>11/04/25</b>
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
<b>Almoço</b>	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de verdura à vinagrete Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
<b>Lanche</b>	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Salada de frutas c/ aveia	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Torta de legumes	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	1122,83 kcal	165,29g	46,59g	30,59g	<b>EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos</b>
	1403,56 kcal	206,61g	58,24g	38,24g	<b>EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos</b>

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	07/04/25	08/04/25	09/04/25	10/04/25	11/04/25
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor
<b>Almoço</b>	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de verdura à vinagrete Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
Informação Nutricional (média semanal)	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	880,63 kcal	135,02g	40,61g	19,79g	
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	07/04/25	08/04/25	09/04/25	10/04/25	11/04/25
<b>Jantar</b>	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Salada de verdura à vinagrete Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Salada de legume c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido
Informação Nutricional (média semanal)	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	643,17 kcal	103,61g	33,49g	10,53g	

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