



## CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 14 a 18 de abril de 2025**

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	14/04/25	15/04/25	16/04/25	17/04/25	18/04/25
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Omelete de forno	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Almoço</b>	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Torta de legumes c/ proteína	Suco de fruta Bolo de fruta simples	Suco de frutas Bolo de fruta c/ legume vit. A	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Jantar</b>	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	892,66 kcal	135,80g	41,78g	20,26g	

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

	<b>14/04/25</b>	<b>15/04/25</b>	<b>16/04/25</b>	<b>17/04/25</b>	<b>18/04/25</b>
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Leite c/ enriquecedor Pão c/ proteína	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Almoço</b>	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Torta de legumes c/ proteína	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Bolo	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Jantar</b>	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	961,57 kcal	152,27g	44,72g	19,29g	

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

	<b>14/04/25</b>	<b>15/04/25</b>	<b>16/04/25</b>	<b>17/04/25</b>	<b>18/04/25</b>
<b>Lanche A (BII e MI)</b>	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Omelete de forno	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>LANCHE (MII, JD, PRÉ)</b>	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor		Leite c/ enriquecedor Pão c/ proteína	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>ALMOÇO</b>	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>LANCHE (BII e MI)</b>	Vitamina de frutas Torta de legumes c/ proteína	Suco de fruta Bolo de fruta simples	Suco de frutas Bolo de fruta c/ legume vit. A	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>LANCHE (MII, JD, PRÉ)</b>		Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Bolo	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>JANTAR</b>	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	892,66 kcal	135,80g	41,78g	20,26g	<b>CRECHES 1 a 3 anos</b>
	961,57 kcal	152,27g	44,72g	19,29g	<b>EME/PI a partir de 3 anos</b>

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	14/04/25	15/04/25	16/04/25	17/04/25	18/04/25
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Leite c/ enriquecedor Pão c/ proteína	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Almoço</b>	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Torta de legumes c/ proteína	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Bolo	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	1181,84 kcal	175,77g	49,31g	31,28g	<b>EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos</b>
	1477,3 kcal	219,71g	61,64g	39,1g	<b>EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos</b>

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	14/04/25	15/04/25	16/04/25	17/04/25	18/04/25
<b>Lanche</b>	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Leite c/ enriquecedor Pão c/ proteína	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Almoço</b>	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	878,74 kcal	132,84g	41,80g	20,02g	
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	14/04/25	15/04/25	16/04/25	17/04/25	18/04/25
<b>Jantar</b>	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A Fruta	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
<b>Informação Nutricional (média semanal)</b>	<b>VALOR CALÓRICO</b>	<b>CARBOIDRATO</b>	<b>PROTEÍNAS</b>	<b>LIPÍDEOS</b>	
	633,94 kcal	104,08g	32,34g	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