



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 15 a 19 de dezembro de 2025

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	15/12/2025	16/12/25	17/12/25	18/12/25	19/12/25
Lanche	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Almoço	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A	Sal.de legume vit. A c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Lanche	Vitamina de frutas Cookie de fruta c/ aveia	Suco de fruta Torta colorida	Salada de frutas c/ aveia	Vitamina de fruta Fruta	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Jantar	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A	Sal.de legume vit. A c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	853,04 kcal	131,38g	44,26g	16,72g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)

	15/12/2025	16/12/25	17/12/25	18/12/25	19/12/25
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Frapê de fruta Fruta	Vitamina de frutas Biscoito	Leite c/ chocolate Biscoito	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Almoço	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A	Sal.de legume vit. A c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Lanche	Vitamina de fruta c/ aveia Biscoito + Fruta	Suco de fruta Torta colorida	Salada de frutas c/ aveia Biscoito	Vitamina de fruta Biscoito + Fruta	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Jantar	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A	Sal.de legume vit. A c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	985,91 kcal	155,84g	48,81g	18,59g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)

	15/12/25	16/12/25	17/12/25	18/12/25	19/12/25
Lanche A (BII e MI)	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Fruta	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de frutas Biscoito	Frapê de banana Fruta	Vitamina de frutas Biscoito	Vitamina de fruta Biscoito	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
ALMOÇO	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A	Sal.de legume vit. A c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
LANCHE (BII e MI)	Vitamina de frutas Cookie de fruta c/ aveia	Suco de fruta Torta colorida	Salada de frutas c/ aveia	Vitamina de fruta Fruta	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de frutas Biscoito + Fruta			Vitamina de fruta Biscoito + Fruta	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
JANTAR	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A	Sal.de legume vit. A c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	853,04 kcal	131,38g	44,26g	16,72g	CRECHES 1 a 3 anos
	985,91 kcal	155,84g	48,81g	18,59g	EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	15/12/25	16/12/25	17/12/25	18/12/25	19/12/25
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Frapê de fruta Fruta	Vitamina de frutas Biscoito	Leite c/ chocolate Biscoito	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Almoço	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A	Sal.de legume vit. A c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Lanche	Vitamina de fruta c/ aveia Biscoito + Fruta	Suco de fruta Torta colorida	Salada de frutas c/ aveia Biscoito	Vitamina de fruta Biscoito + Fruta	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	1221,55 kcal	182,86g	55,86g	29,63g	EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos
	1526,93 kcal	228,57g	69,82g	37,03g	EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

	15/12/25	16/12/25	17/12/25	18/12/25	19/12/25
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Frapê de fruta Fruta	Vitamina de frutas Biscoito	Leite c/ chocolate Biscoito	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Almoço	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A	Sal.de legume vit. A c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	923,35 kcal	138,58g	48,18g	19,59g	

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS

	15/12/25	16/12/25	17/12/25	18/12/25	19/12/25
Jantar	Salada de legume c/ milho Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido	Arroz c/ feijão Proteína Quibebe de legume vit. A	Sal.de legume vit. A c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína	ENCERRAMENTO DO ANO LETIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	655,68 kcal	104,21g	39,82g	8,84g	

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