



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 17 a 21 de novembro de 2025

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	17/11/2025	18/11/25	19/11/25	20/11/25	21/11/25
Lanche	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ Seleta de legumes	Arroz c/ feijão Proteína c/ milho e Legume cozido	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche	Suco de fruta Pão de feculento	Suco de fruta Torta de legumes	Vitamina de fruta Bolo de fruta c/ legume vit. A	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Legume refogado	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ Purê de feculento Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	889,29 kcal	136,18g	42,56g	19,37g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)

	17/11/2025	18/11/25	19/11/25	20/11/25	21/11/25
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Frapê de fruta Fruta	Vitamina de frutas Biscoito	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ Seleta de legumes	Arroz c/ feijão Proteína c/ milho e Legume cozido	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Torta de legumes	Vitamina de fruta Bolo de legume vit. A	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Legume refogado	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ Purê de feculento Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	1011,08 kcal	162,59g	45,27g	19,96g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)

	17/11/25	18/11/25	19/11/25	20/11/25	21/11/25
Lanche A (BII e MI)	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de frutas Biscoito	Frapê de fruta Fruta	Vitamina de frutas Biscoito	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
ALMOÇO	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ Seleta de legumes	Arroz c/ feijão Proteína c/ milho e Legume cozido	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE (BII e MI)	Suco de fruta Pão de feculento	Suco de fruta Torta de legumes	Vitamina de fruta Bolo de fruta c/ legume vit. A	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor			FERIADO	PONTO FACULTATIVO
JANTAR	Arroz c/ feijão Proteína Legume refogado	Sopa de legumes (legume vit. A, feculento, legume) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína c/ Purê de feculento Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	889,29 kcal	136,18g	42,56g	19,37g	CRECHES 1 a 3 anos
	1011,08 kcal	162,59g	45,27g	19,96g	EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	17/11/25	18/11/25	19/11/25	20/11/25	21/11/25
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Frapê de fruta Fruta	Vitamina de frutas Biscoito	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ Seleta de legumes	Arroz c/ feijão Proteína c/ milho e Legume cozido	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Torta de legumes	Vitamina de fruta Bolo de legume vit. A	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	1274,81 kcal	192,43g	49,84g	33,97g	EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos
	1593,51 kcal	769,72g	62,30g	42,46g	EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

	17/11/25	18/11/25	19/11/25	20/11/25	21/11/25
Lanche	Vitamina de frutas Biscoito	Frapê de fruta Fruta	Vitamina de frutas Biscoito	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ Seleta de legumes	Arroz c/ feijão Proteína c/ milho e Legume cozido	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	932,87 kcal	144,46g	44,32g	19,75g	

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS

	17/11/25	18/11/25	19/11/25	20/11/25	21/11/25
Jantar	Salada de legume Arroz c/ feijão Proteína c/ legume vit. A Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína c/ Seleta de legumes	Arroz c/ feijão Proteína c/ milho e Legume cozido	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	666,29 kcal	109,32g	36,17g	9,37g	

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