



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 21 a 25 de abril de 2025

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	21/04/25	22/04/25	23/04/25	24/04/25	25/04/25
Lanche	FERIADO	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta
Almoço	FERIADO	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento corado	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
Lanche	FERIADO	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de frutas Torta de legumes c/ proteína	Vitamina de frutas Cookie de fruta	Vitamina de fruta Bolo de fruta c/ legume vit. A
Jantar	FERIADO	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, verdura) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	888,82 kcal	135,91g	42,87g	19,30g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)

	21/04/25	22/04/25	23/04/25	24/04/25	25/04/25
Lanche	FERIADO	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
Almoço	FERIADO	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento corado	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
Lanche	FERIADO	Vitamina de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Pipoca + Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ proteína	Vitamina de fruta Pão c/ patê de legume vit. A e proteína
Jantar	FERIADO	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, verdura) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	995,62 kcal	151,32g	48,13g	21,98g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)

	21/04/25	22/04/25	23/04/25	24/04/25	25/04/25
Lanche A (BII e MI)	FERIADO	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	FERIADO	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor		Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
ALMOÇO	FERIADO	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento corado	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
LANCHE (BII e MI)	FERIADO	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de frutas Torta de legumes c/ proteína	Vitamina de frutas Cookie de fruta	Vitamina de fruta Bolo de fruta c/ legume vit. A
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	FERIADO	Vitamina de frutas Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Pipoca + Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ proteína	Vitamina de fruta Pão c/ patê de legume vit. A e proteína
JANTAR	FERIADO	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido Fruta	Salada de legume c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Fruta	Sopa de legumes (feculento, legume vit. A, verdura) c/ proteína Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Legume vit. A cozido
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	888,82 kcal	135,91g	42,87g	19,30g	CRECHES 1 a 3 anos
	995,62 kcal	151,32g	48,13g	21,98g	EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL					
	21/04/25	22/04/25	23/04/25	24/04/25	25/04/25
Lanche	FERIADO	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
Almoço	FERIADO	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento corado	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
Lanche	FERIADO	Vitamina de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Pipoca + Fruta	Vitamina de frutas Pão c/ proteína	Vitamina de fruta Pão c/ patê de legume vit. A e proteína
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	1197,22 kcal	166,66g	52,23g	35,74g	EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos
	1496,6 kcal	208,33g	65,29g	44,68g	EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

	21/04/25	22/04/25	23/04/25	24/04/25	25/04/25
Lanche	FERIADO	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor
Almoço	FERIADO	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento corado	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	911,45 kcal	135,81	43,52	21,57	

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS

	21/04/25	22/04/25	23/04/25	24/04/25	25/04/25
Jantar	FERIADO	Salada de verdura c/ tomate Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido	Salada de verdura c/ tomate Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Feculento corado	Salada de legume vit. A Arroz c/ feijão Proteína Fruta
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	650,45 kcal	106,84g	35,33g	9,09g	

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