



CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS

CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS – 28 de abril a 02 de maio de 2025

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos)					
	28/04/25	29/04/25	30/04/25	01/05/25	02/05/25
Lanche	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína (proteína, legume vit. A e feculento) Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de Tomate Proteína Fruta	Arroz c/ legume vit. A Strogonoff de proteína Feculento cozido Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche	Suco de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Torta de legumes c/ proteína	Suco de fruta Omelete de forno	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Salada de legume c/ salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	885,73 kcal	136,28g	41,21g	19,53g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (4 a 5 anos)

	28/04/25	29/04/25	30/04/25	01/05/25	02/05/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Leite c/ enriquecedor Pão c/ enriquecedor	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína (proteína, legume vit. A e feculento) Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de Tomate Proteína Fruta	Arroz c/ legume vit. A Strogonoff de proteína Feculento cozido Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche	Vitamina de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Pão c/ proteína	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Jantar	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Salada de legume c/ salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	970,85 kcal	150,57g	43,13g	21,79g	

PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 6 anos)

	28/04/25	29/04/25	30/04/25	01/05/25	02/05/25
Lanche A (BII e MI)	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	Vitamina de frutas Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Leite c/ enriquecedor Pão c/ enriquecedor	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
ALMOÇO	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína (proteína, legume vit. A e feculento) Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de Tomate Proteína Fruta	Arroz c/ legume vit. A Strogonoff de proteína Feculento cozido Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE (BII e MI)	Vitamina de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Torta de legumes c/ proteína	Suco de fruta Omelete de forno	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE (MII, JD, PRÉ)	Vitamina de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Pão c/ proteína	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
JANTAR	Arroz c/ feijão Proteína Purê de feculento Fruta	Arroz c/ feijão Proteína Feculento cozido Fruta	Salada de legume c/ salsa Macarrão c/ molho de tomate Proteína Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	885,73 kcal	136,28g	41,21g	19,53g	CRECHES 1 a 3 anos
	970,85 kcal	150,57g	43,13g	21,79g	EMEI/PI a partir de 3 anos

PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL

	28/04/25	29/04/25	30/04/25	01/05/25	02/05/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Leite c/ enriquecedor Pão c/ enriquecedor	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína (proteína, legume vit. A e feculento) Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de Tomate Proteína Fruta	Arroz c/ legume vit. A Strogonoff de proteína Feculento cozido Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Lanche	Vitamina de fruta Bolo de fruta c/ aveia	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Suco de fruta Pão c/ proteína	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	1149,13 kcal	169,79g	42,59g	33,29g	EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos
	1436,4 kcal	212,24g	53,24g	41,61g	EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL					
	28/04/25	29/04/25	30/04/25	01/05/25	02/05/25
Lanche	Suco de fruta Pão c/ enriquecedor	Vitamina de frutas Pão c/ enriquecedor	Leite c/ enriquecedor Pão c/ enriquecedor	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína (proteína, legume vit. A e feculento) Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de Tomate Proteína Fruta	Arroz c/ legume vit. A Strogonoff de proteína Feculento cozido Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	886,31 kcal	137,2g	35,26g	21,83g	
PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS					
	28/04/25	29/04/25	30/04/25	01/05/25	02/05/25
Jantar	Salada de legume à vinagrete Arroz c/ feijão Saladão de proteína (proteína, legume vit. A e feculento) Fruta	Salada de legume Macarrão c/ molho de Tomate Proteína Fruta	Arroz c/ legume vit. A Strogonoff de proteína Feculento cozido Fruta	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Informação Nutricional (média semanal)	VALOR CALÓRICO	CARBOIDRATO	PROTEÍNAS	LIPÍDEOS	
	621,36 kcal	107,52g	28,09g	8,77g	

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