



**CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS UME POLO – 21 a 25 de julho de 2025**

| PERÍODO INTEGRAL – EDUCAÇÃO INFANTIL (1 a 3 anos) |   |  |   |   |                 |
|---|---|--|---|---|-----------------|
|   | 21/07/25  | 22/07/25   | 23/07/25  | 24/07/25  | 25/07/25        |
| <b>Lanche</b>                                     | Vitamina de frutas<br>Fruta   | Vitamina de frutas<br>Fruta  | Vitamina de frutas<br>Fruta   | Vitamina de frutas<br>Fruta   | RECESSO ESCOLAR |
| <b>Almoço</b>                                     | Salada feculento c/ legume vit. A<br>Arroz c/ feijão<br>Proteína<br>Fruta | Salada de verdura c/ tomate<br>Arroz c/ feijão<br>Proteína c/ feculento sauté<br>Fruta | Salada de verdura c/ tomate<br>Arroz c/ feijão<br>Proteína<br>Fruta                   | Salada de legume vit. A ralado<br>Arroz c/ feijão<br>Proteína<br>Feculento cozido | RECESSO ESCOLAR |
| <b>Lanche</b>                                     | Suco de frutas<br>Pão de feculento  | Suco de fruta<br>Bolo de fruta c/ legume vit. A  | Salada de frutas c/ aveia   | Suco de frutas<br>Cookie da fruta c/ aveia  | RECESSO ESCOLAR |
| <b>Jantar</b>                                     | Arroz c/ feijão<br>Proteína<br>Quibebe de legume vit. A<br>Fruta          | Arroz c/ feijão<br>Proteína<br>Farofa<br>Fruta   | Salada de legume<br>Macarrão c/ molho de tomate<br>Proteína<br>Legume vit. A refogado | Sopa de legumes<br>(feculento, legume vit. A, legume)<br>c/ proteína<br>Fruta     | RECESSO ESCOLAR |
| <b>Informação Nutricional (média semanal)</b>     | <b>VALOR CALÓRICO</b>   | <b>CARBOIDRATO</b>   | <b>PROTEÍNAS</b>  | <b>LIPÍDEOS</b>   |                 |
|   | 906,01 kcal   | 145,81g  | 39,99g  | 18,09g  |                 |

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

|   | <b>21/07/25</b>   | <b>22/07/25</b>  | <b>23/07/25</b>   | <b>24/07/25</b>   | <b>25/07/25</b> |
|---|---|--|---|---|-----------------|
| <b>Lanche</b>                                 | Vitamina de frutas<br>Biscoito  | Vitamina de frutas<br>Pão c/ enriquecedor  | Vitamina de frutas<br>Fruta   | Vitamina de fruta<br>Pão c/ enriquecedor  | RECESSO ESCOLAR |
| <b>Almoço</b>                                 | Salada feculento c/ legume vit. A<br>Arroz c/ feijão<br>Proteína<br>Fruta | Salada de verdura c/ tomate<br>Arroz c/ feijão<br>Proteína c/ feculento sauté<br>Fruta | Salada de verdura c/ tomate<br>Arroz c/ feijão<br>Proteína<br>Fruta                   | Salada de legume vit. A ralado<br>Arroz c/ feijão<br>Proteína<br>Feculento cozido | RECESSO ESCOLAR |
|   | Suco de fruta<br>Pão c/ enriquecedor                                      | Suco de fruta<br>Bolo de fruta c/ legume vit. A  | Salada de frutas c/ aveia   | Suco de fruta<br>Biscoito   | RECESSO ESCOLAR |
| <b>Jantar</b>                                 | Arroz c/ feijão<br>Proteína<br>Quibebe de legume vit. A<br>Fruta          | Arroz c/ feijão<br>Proteína<br>Farofa<br>Fruta   | Salada de legume<br>Macarrão c/ molho de tomate<br>Proteína<br>Legume vit. A refogado | Sopa de legumes<br>(feculento, legume vit. A, legume)<br>c/ proteína<br>Fruta     | RECESSO ESCOLAR |
| <b>Informação Nutricional (média semanal)</b> | <b>VALOR CALÓRICO</b>   | <b>CARBOIDRATO</b>   | <b>PROTEÍNAS</b>  | <b>LIPÍDEOS</b>   |                 |
|   | 1037,92 kcal  | 167,19g  | 43,69g  | 21,60g  |                 |

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

|   | <b>21/07/25</b>       | <b>22/07/25</b>    | <b>23/07/25</b>  | <b>24/07/25</b> | <b>25/07/25</b>                   |
|---|-----------------------|--------------------|------------------|-----------------|-----------------------------------|
| <b>Lanche A<br/>(BII e MI)</b>                  | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR                   |
| <b>LANCHE<br/>(MII, JD,<br/>PRÉ)</b>            | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR                   |
| <b>ALMOÇO</b>                                   | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR                   |
| <b>LANCHE<br/>(BII e MI)</b>                    | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR                   |
| <b>LANCHE<br/>(MII, JD,<br/>PRÉ)</b>            | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR                   |
| <b>JANTAR</b>                                   | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR                   |
| Informação<br>Nutricional<br>(média<br>semanal) | <b>VALOR CALÓRICO</b> | <b>CARBOIDRATO</b> | <b>PROTEÍNAS</b> | <b>LIPÍDEOS</b> |                                   |
|   | -                     | -                  | -                | -               | <b>CRECHES 1 a 3 anos</b>         |
|   | -                     | -                  | -                | -               | <b>EMEI/PI a partir de 3 anos</b> |

| PERÍODO INTEGRAL – ENSINO FUNDAMENTAL  |                       |                    |                  |                 |                                   |
|--|-----------------------|--------------------|------------------|-----------------|-----------------------------------|
|  | 21/07/25              | 22/07/25           | 23/07/25         | 24/07/25        | 25/07/25                          |
| <b>Lanche</b>                          | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR                   |
| <b>Almoço</b>                          | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR                   |
| <b>Lanche</b>                          | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR                   |
| Informação Nutricional (média semanal) | <b>VALOR CALÓRICO</b> | <b>CARBOIDRATO</b> | <b>PROTEÍNAS</b> | <b>LIPÍDEOS</b> |                                   |
|  | -                     | -                  | -                | -               | <b>EMEF INTEGRAL 6 a 10 anos</b>  |
|  | -                     | -                  | -                | -               | <b>EMEF INTEGRAL 11 a 15 anos</b> |

| PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL |                       |                    |                  |                 |                 |
|--|-----------------------|--------------------|------------------|-----------------|-----------------|
|  | 21/07/25              | 22/07/25           | 23/07/25         | 24/07/25        | 25/07/25        |
| <b>Lanche</b>  | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR |
| <b>Almoço</b>  | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR |
| Informação Nutricional (média semanal)                   | <b>VALOR CALÓRICO</b> | <b>CARBOIDRATO</b> | <b>PROTEÍNAS</b> | <b>LIPÍDEOS</b> |                 |
|  | -                     | -                  | -                | -               |                 |
| PERÍODO PARCIAL – EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTOS           |                       |                    |                  |                 |                 |
|  | 21/07/25              | 22/07/25           | 23/07/25         | 24/07/25        | 25/07/25        |
| <b>Jantar</b>  | RECESSO ESCOLAR       | RECESSO ESCOLAR    | RECESSO ESCOLAR  | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR |
| Informação Nutricional (média semanal)                   | <b>VALOR CALÓRICO</b> | <b>CARBOIDRATO</b> | <b>PROTEÍNAS</b> | <b>LIPÍDEOS</b> |                 |
|  | -                     | -                  | -                | -               |                 |

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