

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHE (7 - 11 MESES)

CARDÁPIO EDUCACIONAL INFANTIL													
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA					
LEITE FRUTA		LEITE FRUTA		LEITE FRUTA		LEITE FRUTA		LEITE FRUTA		LEITE FRUTA			
CAFÉ DA MANHÃ (07h30min)	ARROZ BRANCO* + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + PURÊ DE ABÓBORA		ARROZ MISTURADO COM CENOURA E BETERRABA RALADOS* + FRANGO DESFIADO AO MOLHO		ARROZ BRANCO* + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + PURÊ DE MANDIOCA		ARROZ BRANCO MISTURADO COM BATATA DOCE* + FRANGO DESFIADO AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (CENOURA E CHUCHU)		ARROZ BRANCO* + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + BETERRABA EM CUBOS COZIDA COM CENOURA				
LANCHE DA TARDE (13h00min)	FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA		FRUTA				
JANTINHA (15h00min)	CANJA DE GALINHA/(COM BATATA INGLESA, CENOURA E ARROZ)		SOPA CREME DE MANDIOCA COM FRANGO DESMOADO		SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA CENOURA E CHUCHU		CANJA DE GALINHA/(COM BATATA INGLESA, CENOURA E ARROZ)		SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA CENOURA E CHUCHU				
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRAS (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
			475,91	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48

* Cozinhar o arroz papa

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHE (1 – 3 ANOS) PERÍODO INTEGRAL

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHE (1 ANO)													
SEGUNDA			TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA				
MINGAU DE MAISENA			VITAMINA DE FRUTA COM PÃO HOT DOG		MINGAU DE FUBÁ		LEITE COM BISCOITO MAISENA		LEITE COM CUSCUZ DE MILHO				
LANCHE DA MANHÃ (07h30min)													
ALMOÇO (10h30min)	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + PURÊ DE ABÓBORA		ARROZ MISTURADO COM CENOURA E BETERRABA RALADOS + FRANGO AO MOLHO		ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + PURÊ DE MANDIOCA		ARROZ BRANCO MISTURADO COM BATATA DOCE + FRANGO AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (CENOURA E CHUCHU)		ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + BETERRABA EM CUBOS COZIDA COM CENOURA				
LANCHE DA TARDE (15h00min)	CANJA DE GALINHA (COM BATATA INGLESA, CENOURA E ARROZ)		SOPA CREME DE MANDIOCA COM FRANGO DESFIADO		SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA CENOURA E CHUCHU		CANJA DE GALINHA (COM BATATA INGLESA, CENOURA E ARROZ)		SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA CENOURA E CHUCHU				
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)			Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBRA S (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)



REDEMÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHE (4 - 5 ANOS) PERÍODO PARCIAL

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - CRECHE (4 ANOS)																			
SEGUNDA		TERÇA		QUARTA		QUINTA		SEXTA											
MINGAU DE MAISENA		VITAMINA DE FRUTA COM PÃO HOT DOG		MINGAU DE FUBÁ		LEITE COM BISCOITO MAISENA		LEITE COM CUSCUZ DE MILHO											
LANCHE DA MANHA (07h30min)	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ MISTURADO COM CENOURA E BETERRABA RALADOS	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ BRANCO + FRANGO AO MOLHO	ARROZ BRANCO MISTURADO COM BATATA DOCE	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ BRANCO + CARNE MOÍDA AO MOLHO	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ BRANCO + CARNE MOÍDA AO MOLHO										
ALMOÇO	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ MISTURADO COM CENOURA E BETERRABA RALADOS	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ BRANCO + FRANGO AO MOLHO	ARROZ BRANCO MISTURADO COM BATATA DOCE	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ BRANCO + CARNE MOÍDA AO MOLHO	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ BRANCO + CARNE MOÍDA AO MOLHO										
10h30min/15h00min	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ MISTURADO COM CENOURA E BETERRABA RALADOS	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ BRANCO + FRANGO AO MOLHO	ARROZ BRANCO MISTURADO COM BATATA DOCE	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ BRANCO + CARNE MOÍDA AO MOLHO	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA	ARROZ BRANCO + CARNE MOÍDA AO MOLHO										
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		CHO (g)		FIBRA S (g)		VIT. A (mcg)		VIT. C (mg)		Mg (mg)		Zn (mg)		Fe (mg)		Ca (mg)			
		Energia (kcal)		LPD (g)		PTN (g)		VIT. A (mcg)		VIT. C (mg)		Mg (mg)		Zn (mg)		Fe (mg)		Ca (mg)	
		437,38		11,36		14,11		8667,44		11,55		103,60		11,54		21,59		2,48	

Homem
6/6/2023

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL – PRÉ-ESCOLA (4 – 5 ANOS) PERÍODO INTEGRAL

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL – 1º ANO ESCOLAR										
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA					
	MINGAU DE MAISENA	VITAMINA DE FRUTA COM PÃO HOT DOG	MINGAU DE FUBÁ	LEITE COM BISCOITO MAISENA	LEITE COM CUSCUZ DE MILHO					
LANCHE DA MANHÃ (07h30min)										
ALMOÇO (10h30min)	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + PURÊ DE ABÓBORA	ARROZ MISTURADO COM CENOURA E BETERRABA RALADOS + FRANGO AO MOLHO	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + PURÊ DE MANDIOCA	ARROZ BRANCO MISTURADO COM BATATA DOCE + FRANGO AO MOLHO + SALADA DE LEGUMES COZIDOS (CENOURA E CHUCHU)	ARROZ BRANCO + FEIJÃO CARIOCA + CARNE MOÍDA AO MOLHO + BETERRABA EM CUBOS COZIDA COM CENOURA					
LANCHE DA TARDE (15h00min)	CANJA DE GALINHA (COM BATATA INGLESA, CENOURA E ARROZ)	SOPA CREME DE MANDIOCA COM FRANGO DESFIADO	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA CENOURA E CHUCHU	CANJA DE GALINHA (COM BATATA INGLESA, CENOURA E ARROZ)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA CENOURA E CHUCHU					
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	LPD (g)	FIBRA S (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		910,83	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54



REDENÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

Doca
20/05/2023

Cardápio Escolas Fundamentais que possuem Pré-Escola				
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
MINGAU DE MILHO	SUCO COM BISCOITO DE SAL	LEITE COM ACHOCOLATADO E FLOCÃO DE MILHO	SUCO COM BISCOITO DE SAL	LEITE COM BISCOITO MAIZENA



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER

REDEMÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

For
Oreilly

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I (6 – 10 ANOS)

SEGUNDA		TERÇA	QUARTA		QUINTA			SEXTA		
LANCHE (09h30min/15h30mi n)	ARROZ COM CARNE EM PEDAÇO COM SALADA DE BETERRABA E CENOURA RALADAS	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA, MANDIOCA E FRUTA	GALINHADA COM SALADA DE ALFACE E TOMATE	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA, BATATINHA INGLESA, BETERRABA E FRUTA	GALINHADA COM SALADA DE REPOLHO E CENOURA RALADAS	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBR AS (g)	VIT. A (mcg)			
		328,52	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

Pran
15/07/2023

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I ZONA RURAL (6 – 10 ANOS)

LANCHE (09h30min/15h30min)	SEGUNDA	TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA		
		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBR AS (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	ARROZ COM CARNE MOÍDA COM SALADA DE BETERRABA E CENOURA RALADAS	BAIÃO DE TRÊS (ARROZ, FEIJÃO E CARNE EM PEDAÇOS COM ABÓBORA E FRUTA			GALINHADA COM SALADA DE ALFACE E TOMATE			BAIÃO DE 3 (ARROZ, FEIJÃO E CARNE MOÍDA) E FRUTA			GALINHADA COM SALADA DE REPOLHO E CENOURA RALADAS		
		335,35	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48	



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER

REDEÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

Confirmação

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II (11 – 15 ANOS)

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL III																									
SEGUNDA		TERÇA			QUARTA			QUINTA			SEXTA														
LANCHE (09h30min/15h30mi n)	ARROZ COM CARNE EM PEDAÇOS COM SALADA DE BETERRABA E CENOURA RALADAS				SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA, MANDIOCA E FRUTA				GALINHADA COM SALADA DE ALFACE E TOMATE				SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA, BATATINHA INGLESA, BETERRABA E FRUTA				GALINHADA COM SALADA DE REPOLHO E CENOURA RALADAS								
	Energia (kcal)				CHO (g)		PTN (g)		LPD (g)		FIBR AS (g)		VIT. A (mcg)		VIT. C (mg)		Mg (mg)		Zn (mg)		Fe (mg)		Ca (mg)		
457,42					68,20		14,11		11,36		5,69		8667,44		11,55		103,60		11,54		21,59		2,48		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)																									



REDENÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

*Ampliar
diversidade*

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II ZONA RURAL (11 – 15 ANOS)

LANCHE (09h30min/15h30min)	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA			QUINTA			SEXTA		
			BAIÃO DE TRÊS (ARROZ, FEIJÃO E CARNE EM PEDAÇOS COM ABÓBORA E FRUTA			GALINHADA COM SALADA DE ALFACE E TOMATE			BAIÃO DE 3 (ARROZ, FEIJÃO E CARNE MOÍDA) E FRUTA		
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	ARROZ COM CARNE MOÍDA COM SALADA DE BETERRABA E CENOURA RALADAS	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBR AS (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		Energia (kcal)									
		468,77	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59
											2,48



REDENÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER

Tom Caputo
Dan Barry

SEGUNDA		TERÇA		QUARTA			QUINTA			SEXTA		
LANCHE (09h30min/15h30min)	ARROZ COM CARNE EM PEDAÇOS COM SALADA DE BETERRABA E CENOURA RALADAS	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOIDA, ABÓBORA, MANDIOCA E FRUTA	GALINHADA COM SALADA DE ALFACE E TOMATE	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOIDA, BATATINHA INGLESA, BETERRABA E FRUTA	GALINHADA COM SALADA DE REPOLHO E CENOURA RALADAS							
		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBR AS (g)	VIT. A (mcg)	VT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		457,42	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)												

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

Handwritten signature: *Handwritten signature*

PRESÍDIO				
SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
SUCO COM BISCOITO DE DOCE	SUCO COM BISCOITO DE SAL	LEITE COM ACHOCOLATADO COM PÃO DE LEITE	SUCO COM BISCOITO DE SAL	LEITE COM PÃO



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER

REDENÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

com leite
condensado

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II – EMEF ANTONIETA DE LOURDES- TEMPO INTEGRAL (11 – 15 ANOS)

SEGUNDA		TERÇA	QUARTA		QUINTA		SEXTA					
LANCHE DA MANHÃ (09h00min)	LEITE CARMELIZADO COM PÃO HOT DOG	CUSCUZ DE MILHO COM ACHOCOLATADO	SUCO DE POLPA DE FRUTA COM PÃO HOT DOG		LEITE CARMELIZADO COM BISCOITO DE SAL		CUSCUZ DE ARROZ COM ACHOCOLATADO E FRUTA					
ALMOÇO (12h00min)	ARROZ COM CARNE MOÍDA COM SALADA DE BETERRABA E CENOURA RALADAS	BAIÃO DE TRÊS (ARROZ, FEIJÃO E CARNE EM PEDAÇOS COM ABÓBORA E FRUTA	GALINHADA COM SALADA DE ALFACE E TOMATE		BAIÃO DE 3 (ARROZ, FEIJÃO E CARNE MOÍDA) E FRUTA		GALINHADA COM SALADA DE REPOLHO E CENOURA RALADAS					
LANCHE DA TARDE (15h00min)	VITAMINA DE POLPA DE FRUTA BISCOITO MAISENA	ARROZ DOCE	MACARRONADA COM CARNE MOÍDA		CANJICA		ARROZ DOCE					
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBR AS (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)
		1606,32	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48



REDENÇÃO
PREFEITURA

SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

CARDÁPIO ESCOLAR 2023

Prm. Felipe

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO

LANCHE (09h30min/15h30min)	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA				QUINTA				SEXTA			
	ARROZ COM CARNE EM PEDAÇOS COM SALADA DE BETERRABA E CENOURA RALADAS	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA ABÓBORA E MANDIOCA E FRUTA	GALINHADA COM SALADA DE ALFACE E TOMATE				SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA, BATATINHA INGLESA, BETERRABA E FRUTA				GALINHADA COM SALADA DE REPOLHO E CENOURA RALADAS			
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	FIBR AS (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Fe (mg)	Ca (mg)			
	547,89	68,20	14,11	11,36	5,69	8667,44	11,55	103,60	11,54	21,59	2,48			



REDENÇÃO
PREFEITURA

COMPROMISSO E TRANSFORMAÇÃO

SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO, CULTURA E LAZER