

Itaquaquetuba, 28 de março de 2025.

COMUNICADO Nº 086/Semecti/2025

Destinatários: Unidades Escolares do Sistema Público Municipal de Ensino.

Assunto: Cardápios do mês de Abril/2025.

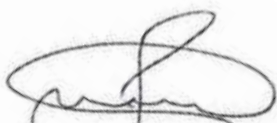
Senhor (a) Diretor (a),

A Secretaria Municipal de Educação, Ciência, Tecnologia e Inovação – Semecti, por meio do Departamento de Nutrição, encaminham os cardápios do mês de abril/2025 para ciência e acompanhamento de todos os funcionários envolvidos no controle de merenda escolar.

Orientamos que os cardápios sejam fixados em local visível, como por exemplo, no mural de avisos, cumprindo a determinação do contido na Resolução CD/FNDE Nº 06/2020.

Em caso de dúvidas, entrar em contato com o Departamento de Nutrição.

Atenciosamente,



JANE MOURA SANTOS
Diretora do Departamento de Nutrição



Dr. Pedro Parada Mesquita
Secretário Adjunto de Educação

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

ABRIL/ 2025



Pré Escola - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



Período Intermediário - 11h às 15h

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	31/mar	1/abr	2/abr	3/abr	4/abr
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO /	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO
Almoço	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA REFOGADA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA FATIADA (CORTES FINOS) / SALADA DE CENOURA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO FATIADO (PASSADO NO PICADOR) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE BETERRABA (CUBOS PEQUENOS) / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos	745,74	29,43	22,15	107,17	882,69
FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MAÇA / MELANCIA					
* ¹ Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ² AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / ³ Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.					
Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti			Elaboração: Departamento Nutrição/Zamptec		

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549

26/03/25

Deborah Q. Santana
Nutricionista
CRN3 50576

26.03

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

ABRIL/ 2025



Pré Escola - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



| Período Intermediário - 11h às 15h |

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	7/abr	8/abr	9/abr	10/abr	11/abr
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL C/ CARNE MOÍDA	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	IOGURTE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA
Almoço	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIAO C/ BATATA DOCE COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE CENOURA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO AO MOLHO / BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO FATIADO (FATIAS FINAS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA FATIADA (FATIAS FINAS) / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos	721,34	29,54	18,18	109,88	763,93

FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MELANCIA / MELÃO

**Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.*

Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição/Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN 21.549

26/03/25

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN 21.549
26.03

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

ABRIL/ 2025



Pré Escola - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



Período Intermediário - 11h às 15h |

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/abr	15/abr	16/abr	17/abr	18/abr
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
Almoço	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO FATIADO (CORTES FINOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA AO MOLHO / ABÓBORA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE CHUCHU (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos	745,66	30,01	20,45	110,39	821,30
FRUTAS DA SEMANA: MAÇÃ / MELANCIA					
*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.					
Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti			Elaboração: Departamento Nutrição/Zamptec		

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549
26/03/25

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 31579
26.03

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

ABRIL/ 2025



Pré Escola - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



| Período Intermediário - 11h às 15h |

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	21/abr	22/abr	23/abr	24/abr	25/abr
Manhã / Tarde / Vespertino	FERIADO	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL COM QUEIJO	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ OVOS MEXIDOS C/ QUEIJO
Almoço	FERIADO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE CHUCHU (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO (PASSADO NO PICADOR) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS) / FRUTA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos	686,93	31,43	19,14	97,22	760,10

FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MELÃO / MELANCIA

**Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.*

Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição /Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549

26/03/25

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 57579
26.03

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

ABRIL/ 2025



**Pré Escola - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses**

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



Período Intermediário - 11h às 15h |

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	28/abr	29/abr	30/abr	1/mai	2/mai
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Almoço	ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / ABÓBORA REFOGADA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE CHUCHU COZIDO (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA REGOGADA (CUBOS MÉDIO) / SALADA DE PEPINO (RODELAS) / FRUTA (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO C/ CENOURA RALADA / CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS) / FRUTA (RC - CONSELHO DE CLASSE)	FERIADO	PONTO FACULTATIVO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos	693,82	28,59	19,51	100,97	778,28

FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MELÃO / MELANCIA

**1Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / *2 AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações s, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / *3Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.*

Aprovação: Departamento Nutrição/Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição /Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN 21.549

26/03/25

Leandro O. Santana
Nutricionista
CRN 57579
26.03

CARDÁPIO CRECHE

ABRIL/ 2025



Educação Infantil de 0 a 06 meses



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	31/mar	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	1/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	2/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	3/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	4/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	626,22	13,86	32,76	69,30	478,80 %	6,93	718,20	138,60

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	7/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	8/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	9/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	10/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	11/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	626,22	13,86	32,76	69,30	478,80	6,93	718,20	138,60

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampetec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. Bebês de 0 a 6 meses devem ser alimentados exclusivamente com leite materno ou fórmula;

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN 21.549

26/03/25

Deborah D. Santana
Nutricionista
CRN 57579
26/03



Educação Infantil de 0 a 06 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	14/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	TERÇA-FEIRA	15/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	QUARTA-FEIRA	16/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	QUINTA-FEIRA	17/abr	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
	SEXTA-FEIRA	18/abr	FERIADO	FERIADO	FERIADO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	626,22	13,86	32,76	69,30	478,80	6,93	718,20	138,60

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	21/abr	FERIADO	FERIADO	FERIADO
	TERÇA-FEIRA	22/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	QUARTA-FEIRA	23/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	QUINTA-FEIRA	24/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1
	SEXTA-FEIRA	25/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	626,22	13,86	32,76	69,30	478,80	6,93	718,20	138,60

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. Bebês de 0 a 6 meses devem ser alimentados exclusivamente com leite materno ou fórmula;

Renata Ribeiro Coetano
Nutricionista
CRN3 21.549

26/03/25

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 57579
26-03

CARDÁPIO CRECHE

ABRIL/ 2025



Educação Infantil de 0 a 06 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



SEMANA		DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h		
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	28/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		
	TERÇA-FEIRA	29/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUARTA-FEIRA	30/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUINTA-FEIRA	1/mai	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO		
	SEXTA-FEIRA	2/mai	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	626,22	13,86	32,76	69,30	478,80	6,93	718,20	138,60

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. Bebês de 0 a 6 meses devem ser alimentados exclusivamente com leite materno ou fórmula;

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 22.549

26/03/25

Deborah Santana
Nutricionista
CRN3 57579
26.03



Educação Infantil de 6 a 12 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



1ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h		
	SEGUNDA-FEIRA	31/mar	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / CENOURA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)		
	TERÇA-FEIRA	1/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECORA AO MOLHO / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / REPOLHO REFOGADO		
	QUARTA-FEIRA	2/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / CENOURA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - VACA ATOLADA (CARNE CUBOS C/ BATATA / BETERRABA (CUBOS PEQUENOS) / ARROZ / FEIJÃO		
	QUINTA-FEIRA	3/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / BATATA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	CANJA (ARROZ, FRANGO, CHUCHU E CENOURA (CUBOS PEQUENOS))		
	SEXTA-FEIRA	4/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / POLENTA / BETERRABA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS) / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)							
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	606,52	27,86	22,71	95,18	421,89	8,89	507,67	63,34
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MACA								

FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇA.

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	7/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	CANJA (ARROZ, FRANGO, CENOURA E BATATA) (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)		
	TERÇA-FEIRA	8/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / ABOBRINHA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS) / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUARTA-FEIRA	9/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / ABOBRINHA (PALITOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / PURE DE BATATA (CUBOS PEQUENOS) / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)		
	QUINTA-FEIRA	10/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU (CUBOS PEQUENOS)		
	SEXTA-FEIRA	11/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS AO MOLHO / POLENTA / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS)		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	677,36	27,80	22,51	90,89	419,94	8,81	515,48	69,74
FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, BANANA E MACÁ								

FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, BANANA E MAÇA.

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampet

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: $\frac{1}{4}$ unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistência de purê (papa de fruta);
2. FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: $\frac{1}{4}$ unidade, cozida sem semente e sem a casca.
3. Refeição: para bebês de 6 a 7 meses e 29 dias: alguns grãos de feijão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiada ou moída, legumes cozidos e amassados com garfo;
4. Refeição: Acima de 8 meses: feijão meio caldo e meio grão + macarrão ou arroz em sua textura convencional + carnes desfiadas ou moídas + legumes bem cozidos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução; TODOS OS CORTES DE LEGUMES E VERDURAS SÃO PADRONIZADOS EM CUBOS PEQUENOS PARA OS BEBÊS DE 6 A 12 MESES

Renata Ribeiro Caetano

Nutricionista
CRM 23.549

27/03/25

Deborah A. Santana
Nutricionista
CRM 57579

CARDÁPIO CRECHE

ABRIL/ 2025



Educação Infantil de 6 a 12 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	14/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOÍDA / BATATA (CUBOS PEQUENOS) / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)		
	TERÇA-FEIRA	15/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / ACELGA C/ CENOURA RALADA REFOGADA (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / BATATA		
	QUARTA-FEIRA	16/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIADO/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)		
	QUINTA-FEIRA	17/abr	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO		
	SEXTA-FEIRA	18/abr	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa Etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	522,48	21,27	16,34	95,78	424,35	8,88	495,36	64,32
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇA.								

SEMANA		DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	21/abr	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO			
	TERÇA-FEIRA	22/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA AO MOLHO / POLENTA / BETERRABA (PALITOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE DE PANELA / BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / AÇELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)			
	QUARTA-FEIRA	23/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS) / CENOURA (PALITOS PEQUENOS)			
	QUINTA-FEIRA	24/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / AÇELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)			
	SEXTA-FEIRA	25/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / AÇELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA (MACARRÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS))			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
Faixa etária		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses		694,82	28,01	22,76	95,60	425,25	8,95	513,32	60,44
FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, MELANCIA, BANANA.									

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Zampetec

Elaboração: Departamento Nutrição Zampetec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistência de purê (papa de fruta);
2. FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: 1/2 unidade, cozida sem semente e sem a casca.
3. Refeição: para bebês de 6 a 7 meses e 29 dias: alguns grãos de feijão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiada ou moída, legumes cozidos e amassados com garfo;
4. Refeição: Acima de 8 meses: feijão meio caldo e meio grão + macarrão ou arroz em sua textura convencional + carnes desfiadas ou moídas + legumes bem cozidos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução; TODOS OS CORTES DE LEGUMES E VERDURAS SÃO PADRONIZADOS EM CUBOS PEQUENOS PARA OS BEBÊS DE 6 A 12 MESES



Educação Infantil de 6 a 12 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
SEGUNDA-FEIRA	28/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOÍDA / BATATA (CUBOS PEQUENOS) / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)			
TERÇA-FEIRA	29/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / ACELGA C/ CENOURA RALADA REFOGADA (FATIAS FINAS) (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS) (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)			
QUARTA-FEIRA	30/abr	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO / FRANGO DESFIADO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS) (RC - CONSELHO DE CLASSE)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAP SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS) (RC - CONSELHO DE CLASSE)			
QUINTA-FEIRA	1/mai	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO			
SEXTA-FEIRA	2/mai	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	701,14	28,62	21,84	97,53	425,27	8,85	495,33	63,09

FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇA.

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampetex

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

1. FRUTAS: ATENÇÃO: DE 6 a 7 meses e 29 dias de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: $\frac{1}{2}$ unidade, cozida e amassada, sem a casca, na consistência de purê (papa de fruta);
2. FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses de idade: as frutas FRUTA, FRUTA e PERA, deverão ser ofertadas da seguinte forma: $\frac{1}{2}$ unidade, cozida sem semente e sem a casca;
3. Refeição: para bebês de 6 a 7 meses e 29 dias: alguns grãos de feijão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiada ou moída, legumes cozidos e amassados com garfo;
4. Refeição: Acima de 8 meses: feijão com caldo e meio grão + macarrão ou arroz em sua textura convencional + carnes desfiadas ou moídas + legumes bem cozidos e picados. Sempre respeitando a maturidade da criança e garantindo sua evolução; TODOS OS CORTES DE LEGUMES E VERDURAS SÃO PADRONIZADOS EM CUBOS PEQUENOS PARA OS BEBÊS DE 6 A 12 MESES

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549

27/03/25

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 57579
26.03



Educação Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses

Período Parcial Manhã - 08h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 08h às 17h



1ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
	SEGUNDA-FEIRA	31/mar	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM QUEIJO E TOMATE / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (PALITOS PEQUENOS)	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / CENOURA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS) / SUCO DE GOIABA			
	TERÇA-FEIRA	1/abr	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE AÇELGA (FATIAS FINAS)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECORA AO MOLHO / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)			
	QUARTA-FEIRA	2/abr	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS FINAS CORTADA AO MEIO)	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUTA	VACA ATOLADA (CARNE CUBOS C/ BATATA / SALADA DE BETERRABA (CUBOS PEQUENOS) / ARROZ / FEIJÃO / SUCO DE AÇEROLA			
	QUINTA-FEIRA	3/abr	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / BATATA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS) / SUCO DE GOIABA	SUCO DE MANGA / PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA	CANIA (ARROZ, FRANGO, CHUCHU E CENOURA (CUBOS PEQUENOS))			
	SEXTA-FEIRA	4/abr	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / POLENTA / SALADA DE BETERRABA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS) / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
PARCIAL MANHÃ		479,69	20,57	14,76	68,09	265,53	2,92	173,12	9,17
PARCIAL TARDE		458,07	19,51	12,82	66,16	199,79	2,85	190,66	30,13
INTEGRAL		937,76	40,09	27,58	134,24	465,32	5,77	363,79	39,30
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇÃ									

2ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
	SEGUNDA-FEIRA	7/abr	SUCO DE GOIABA / PÃO DE LEITE C/ OVO MEXIDO	CANJA (ARROZ, FRANGO, CENOURA E BATATA) (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO C/ VINAGRETE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE AÇELGA (FATIAS FINAS) / SUCO DE ACEROLA			
	TERÇA-FEIRA	8/abr	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS CORTADA AO MEIO) / SUCO DE MANGA	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO	SOPA DE MACARRÃO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS) / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			
	QUARTA-FEIRA	9/abr	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ QUEIJO	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ABOBRINHA (PALITOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / PURE DE BATATA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE AÇELGA (FATIAS FINAS)			
	QUINTA-FEIRA	10/abr	CHOCOLATE CREMOSO (VITAMINA DE BANANA C/ CHOCOLATE) / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS) / SUCO DE GOIABA	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (CUBOS PEQUENOS)			
	SEXTA-FEIRA	11/abr	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ABOBRINHA (CUBOS PEQUENOS)			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
Faixa etária		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
PARCIAL MANHÃ		660,04	19,97	12,92	65,96	216,41	2,75	169,52	15,93
PARCIAL TARDE		472,59	15,85	14,39	65,93	250,29	2,94	230,01	64,80
INTEGRAL		932,63	35,82	27,31	131,89	466,70	5,69	399,54	80,73
FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, BANANA E MACÃ									

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme o safrão/produção. / **Frutas servidas de acordo com safrão e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semect

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES

1. Leite: A partir de 1 ano de idade, as crianças que fazem o uso de fórmula infantil já poderão consumir o leite em pó integral convencional, salvo os que fazem uso de leite especial-dieta;
2. FRUTAS: ATENÇÃO: Idade de 12 a 24 meses a FRUTA deve ser servida crua em corte de segurança (flete ou fatias finas);

Renata Ribeiro Casarini
Nutricionista
CRN3 21.549

26/03/25

Deborah Santana
Nutricionista
CRN3 57579

26.03

CARDÁPIO CRECHE

ABRIL/ 2025



Educação Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses

Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h



SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA-FEIRA	14/abr	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM QUEIJO E TOMATE / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (PALITOS PEQUENOS) / SUCO DE ACEROLA	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / BATATA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)
TERÇA-FEIRA	15/abr	VITAMINA DE BANANA E MAÇÃ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA C/ CENOURA RALADA (FATIAS FINAS)	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS FINAS CORTADA AO MEIO)
QUARTA-FEIRA	16/abr	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS) / SUCO DE MANGA
QUINTA-FEIRA	17/abr	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA	18/abr	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (**Média Semanal)

FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
PARCIAL MANHÃ	477,00	21,05	15,77	62,54	287,38	3,44	196,42	62,45
PARCIAL TARDE	485,32	20,85	13,62	59,34	260,62	3,85	203,33	13,85
INTEGRAL	962,32	41,89	29,39	121,87	547,99	7,27	399,75	76,30

FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELÂNCIA E MAÇÃ

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA-FEIRA	21/abr	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO
TERÇA-FEIRA	22/abr	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE BETERRABA (PALITOS PEQUENOS)	CHOCOLATE CREMOSO (VITAMINA DE BANANA C/CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE DE PANELA / BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS) / SUCO DE MANGA
QUARTA-FEIRA	23/abr	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS) / SUCO DE ACEROLA	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / CHUCHU COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CENOURA (PALITOS PEQUENOS)
QUINTA-FEIRA	24/abr	VITAMINA DE BANANA C/ MAÇÃ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO C/ VINAGRETE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS) / SUCO DE GOIABA
SEXTA-FEIRA	25/abr	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	SOPA (MACARRÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS))

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (**Média Semanal)

FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
PARCIAL MANHÃ	483,57	20,68	14,01	68,08	256,29	3,39	193,45	60,37
PARCIAL TARDE	484,15	20,05	14,64	68,00	247,36	2,79	265,23	48,38
INTEGRAL	972,42	40,77	28,65	136,08	504,27	6,38	458,68	113,63

FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, MELÂNCIA, BANANA.

**Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES

1. Leite: A partir de 1 ano de idade, as crianças que fazem o uso de fórmula infantil já poderão consumir o leite em pó integral convencional, salvo os que fazem uso de leite especial-dieta;
2. FRUTAS: ATENÇÃO: Idade de 12 a 24 meses a FRUTA deve ser servida crua em corte de segurança (filete ou fatias finas);

Renata Ribeiro Costa
Nutricionista
CRN3 21.549

26/03/25

Deborah Santana
Nutricionista
CRN3 57570

26.03



Educação Infantil de 1 ano a 3 anos e 11 meses



Período Parcial Manhã - 8h às 12h | Período Parcial Tarde - 13h às 17h | Período Integral - 8h às 17h

5ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
	SEGUNDA-FEIRA	28/abr	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM QUEIJO E TOMATE / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE CHUCHU (PALITOS PEQUENOS) / SUÇO DE ACEROLA	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / BATATA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)			
	TERÇA-FEIRA	29/abr	VITAMINA DE BANANA E MAÇÃ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE AÇELGA C/ CENOURA RALADA (FATIAS FINAS) (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)	LEITE C/ CHOCOLATE EM PÓ / PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS FINAS CORTADA AO MEIO) (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)			
	QUARTA-FEIRA	30/abr	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO (RC - CONSELHO DE CLASSE)	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS (RC - CONSELHO DE CLASSE)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUTA (RC - CONSELHO DE CLASSE)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS) / SALADA DE AÇELGA (FATIAS FINAS) / SUÇO DE MANGA (RC - CONSELHO DE CLASSE)			
	QUINTA-FEIRA	1/mai	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO			
	SEXTA-FEIRA	2/mai	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
	FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vitamina C (mg)
	PARCIAL MANHÃ	472,00	21,05	15,27	63,84	287,18	3,64	196,42	82,45
	PARCIAL TARDE	896,06	21,14	13,65	72,16	290,72	3,50	200,00	14,37
	INTEGRAL	973,06	42,19	28,93	135,99	547,90	7,13	400,41	97,02
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇÃ.									

FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇÃ.

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação

Aprovação: Departamento Nutrição Semeati

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES

1. Leite: A partir de 1 ano de idade, as crianças que fazem o uso de fórmula infantil já poderão consumir o leite em pó integral convencional, salvo os que fazem uso de leite especial-dieta;
2. FRUTAS: ATENÇÃO: Idade de 12 a 24 meses a FRUTA deve ser servida crua em corte de segurança (filete ou fatias finas);

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549
26/03/25

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 57529
26.03

CARDÁPIO INTEGRAL

ABRIL/2025



Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses

Período Integral - 8h às 17h



SEMANA		DATA	Desjejum	Almoço	Lanche
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	31/mar	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA REFOGADA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA
	TERÇA-FEIRA	1/abr	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS)	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUT
	QUARTA-FEIRA	2/abr	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA FATIADA (CORTES FINOS) / SALADA DE CENOURA (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE GOIABA / TORTA DE FRANGO C/ CENOURA E ABOBRINHA / FRUTA
	QUINTA-FEIRA	3/abr	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO FATIADO (PASSADO NO PICADOR)	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO
	SEXTA-FEIRA	4/abr	LEITE COM CAFÉ / BOLO DE CHOCOLATE CASEIRO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE BETERRABA (CUBOS PEQUENOS)	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL C/ CARNE MOÍDA / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 a 10 anos	1038,41	39,99	30,89	150,11	1201,40

FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MAÇA.

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche	
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	7/abr	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	SUCO DE ACEROLA / PÃO SAL C/ FRANGO DESFIADO
	TERÇA-FEIRA	8/abr	SUCO DE GOIABA / TORTA DE CARNE MOÍDA C/ CENOURA E ABOBRINHA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO C/ BATATA DOCE COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA
	QUARTA-FEIRA	9/abr	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE CENOURA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE C/ CAFÉ / BOLO DE LARANJA CASEIRO
	QUINTA-FEIRA	10/abr	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ CARNE MALUCA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO AO MOLHO / BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO FATIADO (FATIAS FINAS)	IOGURTE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA
	SEXTA-FEIRA	11/abr	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA FATIADA (FATIAS FINAS)	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 a 10 anos	968,82	38,54	24,64	148,22	1099,57

FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MELÃO.

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRM 21.549

26/03/25

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRM 57579

26-03

CARDÁPIO INTEGRAL

ABRIL / 2025



Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses



Período Integral - 8h às 17h

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche	
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	14/abr	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ CARNE MOÍDA
	TERÇA-FEIRA	15/abr	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO FATIADO (CORTES FINOS)	SUCO DE GOIABA / TORTA DE FRANGO C/ CENOURA E ABOBRINHA / FRUTA
	QUARTA-FEIRA	16/abr	LEITE COM CHOCOLATE / BOLO DE CHOCOLATE SIMPLES	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECORA AO MOLHO / ABÓBORA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE CHUCHU (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA
	QUINTA-FEIRA	17/abr	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
	SEXTA-FEIRA	18/abr	FERIADO	FERIADO	FERIADO
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 a 10 anos	1019,01	39,04	27,82	153,13	1072,15

FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MAÇÃ.

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche	
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	21/abr	FERIADO	FERIADO	
	TERÇA-FEIRA	22/abr	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE CHUCHU (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CAFÉ / BOLO DE CENOURA SIMPLES / FRUTA
	QUARTA-FEIRA	23/abr	IOGURTE C/ CEREAL / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ CARNE MOÍDA
	QUINTA-FEIRA	24/abr	SUCO DE MANGA / TORTA COM CARNE MOÍDA C/ CENOURA, CEBOLA E ABOBRINHA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO (PASSADO NO PICADOR)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / FRUTA
	SEXTA-FEIRA	25/abr	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ ABOBRINHA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 a 10 anos	976,55	38,77	21,96	155,95	1060,98

FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / MELÃO / BANANA.

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN 21.549

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN 57579
Ass. 03

CARDÁPIO INTEGRAL

ABRIL/ 2025



Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses



Período Integral - 8h às 17h

Período Integral - 08:15 / 17:00					
5ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche
	SEGUNDA-FEIRA	28/abr	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / ABÓBORA REFOGADA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE CHUCHU COZIDO (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ PERNIL DESFIADO / FRUTA
	TERÇA-FEIRA	29/abr	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA REFOGADA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE PEPINO (RÓDELAS) (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)
	QUARTA-FEIRA	30/abr	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO / FRUTA (RC - CONSELHO DE CLASSE)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO C/ CENOURA RALADA / CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS) (RC - CONSELHO DE CLASSE)	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO (RC - CONSELHO DE CLASSE)
	QUINTA-FEIRA	1/mai	FERIADO	FERIADO	FERIADO
	SEXTA-FEIRA	2/mai	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 a 10 anos	955,99	38,21	30,05	133,18	1172,86

FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MAÇA.

* Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção.

Aprovação: Departamento Nutrição Sernecti

Elaboração: Departamento Nutrição ZampTec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549
26/03/25

Deborah Q. Santana
Nutricionista
CRN3 57579
26.03

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

ABRIL/ 2025



Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Manhã / Tarde / Vespertino	31/mar	1/abr	2/abr	3/abr	4/abr
	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA REFOGADA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA FATIADA (CORTES FINOS) / SALADA DE CENOURA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO FATIADO (PASSADO NO PICADOR) / FRUTA	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	334,53	13,47	9,18	49,50	416,51
6 - 10 anos	376,07	15,41	10,42	55,17	459,71

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Intermediário / Noturno	31/mar	1/abr	2/abr	3/abr	4/abr
	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA REFOGADA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE ACELGA FATIADA (CORTES FINOS) / SALADA DE CENOURA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO FATIADO (PASSADO NO PICADOR) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE BETERRABA (CUBOS PEQUENOS) / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	330,99	13,87	7,33	52,39	344,94
6 - 10 anos	400,86	19,24	7,99	63,01	408,74
> 15 anos	533,43	25,63	9,76	85,77	446,01

FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MAÇA / MELANCIA

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Renata Ribeiro Coetane
Nutricionista
CRN 21.549

26/03/25

Deborah A. Santana
Nutricionista
CRN 57579
26.03

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

ABRIL/ 2025



Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	7/abr	8/abr	9/abr	10/abr	11/abr
Manhã / Tarde / Vespertino	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL C/ CARNE MOÍDA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE CENOURA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO AO MOLHO / BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO FATIADO (FATIAS FINAS) / BANANA	IOGURTE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	296,18	12,77	6,22	47,28	336,13
6 - 10 anos	354,31	14,94	6,96	57,98	357,45

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	7/abr	8/abr	9/abr	10/abr	11/abr
Intermediário / Noturno	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO C/ BATATA DOCE COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE CENOURA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO AO MOLHO / BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO FATIADO (FATIAS FINAS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA FATIADA (FATIAS FINAS) / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	331,24	16,52	4,98	55,08	292,08
6 - 10 anos	378,71	18,96	5,32	63,74	311,67
> 15 anos	507,20	26,00	6,75	85,62	323,43

FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MELANCIA / MELÃO

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertadas, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549

26/03/25

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 57579

26.03

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

ABRIL/ 2025



Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/abr	15/abr	16/abr	17/abr	18/abr
Manhã / Tarde / Vespertino	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA AO MOLHO / ABÓBORA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE CHUCHU (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	337,33	13,96	8,02	52,33	367,22
6 - 10 anos	385,20	15,74	8,48	61,48	388,06

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	14/abr	15/abr	16/abr	17/abr	18/abr
Intermediário / Noturno	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO FATIADO (CORTES FINOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA AO MOLHO / ABÓBORA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE CHUCHU (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	321,57	15,85	6,10	50,81	300,66
6 - 10 anos	379,96	18,22	6,46	62,24	303,18
> 15 anos	487,59	23,49	7,66	81,17	312,03

FRUTAS DA SEMANA: MAÇÃ / MELANCIA

***Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.*

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549

26/03/25

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 57579

26.03

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

ABRIL/ 2025



Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h

Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h



4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	21/abr	22/abr	23/abr	24/abr	25/abr
Manhã / Tarde / Vespertino	FERIADO	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL COM QUEIJO / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO (PASSADO NO PICADOR) / FRUTA	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ OVOS MEXIDOS C/ QUEIJO / FRUTA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	306,68	13,50	6,82	47,83	380,01
6 - 10 anos	360,59	16,28	8,46	54,82	417,90

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	21/abr	22/abr	23/abr	24/abr	25/abr
Intermediário / Noturno	FERIADO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE CHUCHU (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE REPOLHO (PASSADO NO PICADOR) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE PEPINO (RODELAS) / FRUTA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	309,21	15,63	5,06	50,29	280,05
6 - 10 anos	375,39	18,38	5,48	63,39	290,41
> 15 anos	498,90	25,08	6,95	84,01	311,69

FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MELÃO / MELANCIA

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Renata Ribeiro Coetani
Nutricionista
CRN3 21.549

26/03/25

Deborah O. Santana
Nutricionista
CRN3 07879
26.03

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

ABRIL/ 2025



Educação Infantil - de 4 anos a 5 anos e 11 meses /
Ensino Fundamental - de 6 anos a 10 anos e 11 meses / EJA - a partir de 15 anos

Período Manhã - 7h às 11h ou 08h às 12h | Período Vespertino - 15h às 19h | Período Tarde - 13h às 17h



| Período Intermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Manhã / Tarde / Vespertino	28/abr	29/abr	30/abr	1/mai	2/mai
	ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / ABÓBORA REFOGADA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE CHUCHU COZIDO (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO / FRUTA (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO C/ CENOURA RALADA / CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS) / FRUTA (RC - CONSELHO DE CLASSE)	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	300,48	12,74	7,05	46,53	341,03
6 - 10 anos	345,28	14,60	7,94	53,86	355,12

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Intermediário / Noturno	28/abr	29/abr	30/abr	1/mai	2/mai
	ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / ABÓBORA REFOGADA (CUBOS MÉDIOS) / SALADA DE CHUCHU COZIDO (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA REFOGADA (CUBOS MÉDIO) / SALADA DE PEPINO (RODELAS) / FRUTA (RCPE - REUNIÃO DE CLASSE)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO C/ CENOURA RALADA / CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS) / FRUTA (RC - CONSELHO DE CLASSE)	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	277,88	14,46	5,12	43,49	257,47
6 - 10 anos	328,29	16,78	5,51	52,88	260,30
> 15 anos	451,18	24,08	7,48	71,89	273,14

FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MAÇÃ / MELANCIA

*Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / ** AGRICULTURA FAMILIAR: salsinha e cebolinha deverão ser colocadas em todas as preparações / Frutas, verduras e legumes da agricultura familiar serão ofertados, semanalmente, podendo ocorrer alterações no cardápio, conforme a safra/produção. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN 21.549

26/03/25

Deborah D. Santana
Nutricionista
CRN 21.549

26.03