
Itaquaquetuba, 14 de julho de 2025.

COMUNICADO Nº 203/Semecti/2025

Destinatários: Unidades Escolares do Sistema Público Municipal de Ensino.

Assunto: Cardápios do mês de Agosto/2025.

Senhor(a) Diretor(a),

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

Orientamos para que os cardápios sejam fixados em local visível, como no mural de avisos - por exemplo, 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



Prof.ª Maria Cristina Perpetuo dos Santos Soares
Secretária Municipal de Educação, Ciência, Tecnologia e Inovação

CARDÁPIO CRECHE

AGOSTO/ 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	4/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	5/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	6/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	7/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	8/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses	457,24	10,12	23,92	50,60	349,60	5,06	524,40	101,20

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	11/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	12/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	13/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	14/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	15/ago	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	457,24	10,12	23,92	50,60	349,60	5,06	524,40	101,20

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;

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN 3 53796

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRM 21.549

11/07/25

CARDÁPIO CRECHE

AGOSTO/ 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			
3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	18/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	19/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	20/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	21/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	22/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
FAIXA ETÁRIA		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses		457,24	10,12	23,92	50,60	349,60	5,06	524,40	101,20

SEMANA		DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	25/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	26/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	27/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	28/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	29/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 1			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)									
Faixa etária		Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
4-6 meses		457,24	10,12	23,92	50,60	349,60	5,06	524,40	101,20

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;

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN 3 53796

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549

11/07/25

CARDÁPIO CRECHE

AGOSTO/ 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



1ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h		
	SEGUNDA-FEIRA	4/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECOXA AO MOLHO / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)		
	TERÇA-FEIRA	5/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUARTA-FEIRA	6/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / CENOURA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - VACA ATOLADA (CARNE CUBOS C/ BATATA (CUBOS PEQUENOS) / ARROZ / FEIJÃO		
	QUINTA-FEIRA	7/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / REPOLHO C/ TOMATE REFOGADO (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS))		
	SEXTA-FEIRA	8/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / FRANGO DESFIADO AO MOLHO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO (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	612,36	26,66	20,59	80,10	352,02	7,82	405,00	58,08

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

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	11/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	CANJA (ARROZ, FRANGO, CENOURA E BATATA) (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)		
	TERÇA-FEIRA	12/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ ERVILHA / CARNE CUBOS / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUARTA-FEIRA	13/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUINTA-FEIRA	14/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO DESFIADO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / PURE DE BATATA (CUBOS PEQUENOS)		
	SEXTA-FEIRA	15/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE CANJIQUINHA C/ CARNE MOÍDA / TOMATE / COUVE	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (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	590,85	26,46	20,60	74,90	352,60	7,55	611,78	60,12

FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, 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 Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zampetec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

- 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).
- 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.
- Refeição: para bebês de 6 a 7 meses e 29 dias: alguns grãos de feijão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiadas ou moídas, legumes cozidos e amassados com garfo;
- 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

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN 3 53796

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549

11/07/25

CARDÁPIO CRECHE

AGOSTO/ 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



3ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h		
	SEGUNDA-FEIRA	18/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA (CUBOS PEQUENOS)		
	TERÇA-FEIRA	19/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ACELGA C/ REFOGADA (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUARTA-FEIRA	20/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUINTA-FEIRA	21/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / CENOURA (CUBOS PEQUENOS)		
	SEXTA-FEIRA	22/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)							
FAIXA ETÁRIA	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	615,14	27,28	20,37	80,67	352,27	7,72	430,01	57,80
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇÃ.								

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	25/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / REPOLHO REFOGADO (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO COZIDO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	TERÇA-FEIRA	26/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / CARNE MOÍDA AO MOLHO / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)		
	QUARTA-FEIRA	27/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / BATATA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUINTA-FEIRA	28/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	SEXTA-FEIRA	29/ago	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ACELGA REFOGADA (FATIAS FINAS)	FÓRMULA LACTEA INFANTIL 2 / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO COZIDO DESFIADO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípideos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	vitamina C (mg)
6-12 meses	606,44	27,40	19,80	79,65	352,47	7,69	419,60	58,21
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 Saneptec

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REFEIÇÕES DOS BEBÊS

- 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);
- 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.
- Refeição: para bebês de 6 a 7 meses e 29 dias: alguns grãos de feijão com caldo bem consistente, arroz (papa), carne desfiadas ou moídas, legumes cozidos e amassados com garfo;
- 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

Maria Izabela O. Nakawa
Nutricionista
CRN 8 53790

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN 21.549

11/07/25

CARDÁPIO CRECHE

AGOSTO/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			
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	4/ago	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / COXA E SOBRECOXA AO MOLHO / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)		
	TERÇA-FEIRA	5/ago	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABÓBORA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUARTA-FEIRA	6/ago	CHA CLARO / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / CENOURA REFOGADA (CUBOS PEQUENOS)	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS / FRUTA	VACA ATOLADA (CARNE CUBOS C/ BATATA / ARROZ / FEIJÃO)		
	QUINTA-FEIRA	7/ago	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL COM CARNE MOÍDA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL COM TOMATE / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ OVO MEXIDO	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS))		
	SEXTA-FEIRA	8/ago	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ QUEIJO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO AO MOLHO / POLENTA / ABÓBORA (CUBOS PEQUENOS)	SALADA DE FRUTAS C/ AVEIA (MAMÃO, BANANA E MAÇÃ)	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO (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	430,62	19,37	12,88	59,31	169,45	2,83	144,01	9,30
PARCIAL TARDE	392,73	19,69	11,99	51,52	186,23	2,94	157,80	13,56
INTEGRAL	823,53	39,07	24,87	110,86	355,74	5,78	301,81	22,88
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA, BANANA E MAÇÃ.								

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	11/ago	LEITE C/ CANELA / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	CANJA (ARROZ, FRANGO, CENOURA E BATATA) (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)			
	TERÇA-FEIRA	12/ago	SALADA DE FRUTAS C/ AVEIA (MAMÃO, BANANA E MAÇÃ)	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE PEPINO (RODELAS CORTADA AO MEIO)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ QUEIJO	SOPA DE MACARRÃO C/ ERVILHA / CARNE CUBOS / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			
	QUARTA-FEIRA	13/ago	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / CARNE MOÍDA / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)			
	QUINTA-FEIRA	14/ago	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	CHÁ CLARO / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / PURE DE BATATA (CUBOS PEQUENOS)			
	SEXTA-FEIRA	15/ago	SUCO DE GOIABA / PÃO DE LEITE C/ OVO MEXIDO	SOPA DE CANJIQUEINHA C/ CARNE MOÍDA / TOMATE / COUVE	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO DESFIADO / CENOURA 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		362,93	18,42	10,89	47,81	155,61	2,53	512,27	28,55
PARCIAL TARDE		477,51	18,98	14,84	67,01	211,09	2,78	201,03	6,71
INTEGRAL		859,96	38,39	26,78	116,35	401,42	5,34	727,39	35,26
FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, BANANA E MAÇÃ.									

FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, 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 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 Caetano
Nutricionista
CRN 21.549

11/07/25

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN 3 53796

CARDÁPIO CRECHE

AGOSTO/ 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



3ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h		
	SEGUNDA-FEIRA	18/ago	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / BATATA (CUBOS PEQUENOS)		
	TERÇA-FEIRA	19/ago	VITAMINA DE BANANA E MAÇÃ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	SALADA DE FRUTAS C/ AVEIA (MAMÃO, BANANA E MAÇÃ)	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUARTA-FEIRA	20/ago	SUCO DE MANGA / PÃO DE LEITE C/ QUEIJO	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO DESFIADO/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ OVO MEXIDO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BATATA DOCE COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	QUINTA-FEIRA	21/ago	CHÁ CLARO / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE PEPINO (RODELAS CORTADA AO MEIO)		
	SEXTA-FEIRA	22/ago	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE / BETERRABA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / FRANGO COZIDO / 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)
PARCIAL MANHÃ	436,03	19,59	13,23	59,66	215,12	2,95	151,18	5,45
PARCIAL TARDE	388,43	18,22	10,74	54,73	144,55	2,52	117,97	12,29
INTEGRAL	832,44	38,08	24,14	115,72	360,63*	5,56	269,16	17,77
FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA E MAÇÃ.								

FRUTAS DA SEMANA: MELÃO, MELANCIA E MAÇÃ.

4ª SEMANA	SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h		
	SEGUNDA-FEIRA	25/ago	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE PEPINO (RODELAS CORTADA AO MEIO)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO / FRANGO REFOGADO / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	TERÇA-FEIRA	26/ago	LEITE C/ CANELA / PÃO DE LEITE C/ OVO MEXIDO	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO REFOGADO / CENOURA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)		
	QUARTA-FEIRA	27/ago	CHÁ CLARO / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / FRUTA	SOPA DE MACARRÃO C/ LENTILHA / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO C/ TOMATE / CHUCHU COZIDO (CUBOS PEQUENOS)		
	QUINTA-FEIRA	28/ago	VITAMINA DE BANANA C/ MAÇÃ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	CANJA (ARROZ, FRANGO, BATATA E CENOURA (CUBOS PEQUENOS)	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO C/ TOMATE / ABÓBORA COZIDA (CUBOS PEQUENOS)		
	SEXTA-FEIRA	29/ago	SALADA DE FRUTAS C/ AVEIA (MAMÃO, BANANA E MAÇÃ)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	SOPA DE MACARRÃO C/ FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO (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	389,12	18,71	10,68	54,55	152,89	2,87	166,39	12,11
PARCIAL TARDE	456,39	19,82	14,11	62,54	214,53	2,74	167,27	65,07
INTEGRAL	845,51	38,53	24,79	117,08	367,43	5,61	333,67	77,18
FRUTAS DA SEMANA: MAMÃO, MELANCIA, BANANA.								

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 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 formula 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);

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN 3 53796

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN 3 21.549

11/07/25

CARDÁPIO INTEGRAL

AGOSTO/ 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	4/ago	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA
	TERÇA-FEIRA	5/ago	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ QUEIJO / FRUTA
	QUARTA-FEIRA	6/ago	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE REPOLHO (FATIAS FINAS) C/ CENOURA RALADA	SUCO DE GOIABA / TORTA DE FRANGO C/ CENOURA E ABOBRINHA / FRUTA
	QUINTA-FEIRA	7/ago	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA
	SEXTA-FEIRA	8/ago	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
INTEGRAL	1002,25	38,70	34,80	133,56	1107,82
PARCIAL MANHA	655,19	27,25	20,07	85,86	755,70
PARCIAL TARDE	667,30	27,66	22,28	89,03	722,73
FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MAÇÃ.					

SEMANA	DATA	Desjejum	Almoço	Lanche	
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	11/ago	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE ACEROLA / PÃO SAL C/ CARNE MOÍDA
	TERÇA-FEIRA	12/ago	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / SALADA DE PEPINO (RODELAS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA
	QUARTA-FEIRA	13/ago	LEITE C/ CAFÉ / BOLO DE CHOCOLATE CASEIRO	MACARRÃO ALHO A ÓLEO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA
	QUINTA-FEIRA	14/ago	IOGURTE C/ CEREAL / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO C/ TOMATE / SALADA DE CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ PATE D CENOURA C/ QUEIJO / FRUTA
	SEXTA-FEIRA	15/ago	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE C/ QUEIJO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
INTEGRAL	933,42	35,72	28,04	132,05	1010,77
PARCIAL MANHA	621,53	28,35	16,68	87,03	642,49
PARCIAL TARDE	608,61	28,49	17,80	83,61	657,35
FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / BANANA / MELÃO / MAÇÃ.					

* 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
CRN3 21.549

11/07/25

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN- 3 53796

CARDÁPIO INTEGRAL

AGOSTO/ 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	18/ago LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ CARNE MOÍDA
	TERÇA-FEIRA	19/ago LEITE COM CAFÉ / PÃO DE LEITE C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA AO MOLHO / ABÓBORA (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE GOIABA / TORTA DE FRANGO C/ CENOURA E ABOBRINHA / FRUTA
	QUARTA-FEIRA	20/ago VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO (SAEB - 5º ANO)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) (SAEB - 5º ANO)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA (SAEB - 5º ANO)
	QUINTA-FEIRA	21/ago SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ PATE DE CENOURA C/ QUEIJO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	IOGURTE C/ CEREAL / FRUTA
	SEXTA-FEIRA	22/ago LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO C/ CENOURA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ QUEIJO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
INTEGRAL	918,83	38,16	28,17	128,17	1017,48
PARCIAL MANHA	618,40	27,56	19,04*	84,19	699,00
PARCIAL TARDE	583,84	28,10	15,12	83,83	619,21

FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / MAÇÃ / BANANA / MELÃO

SEMANA		DATA	Desjejum	Almoço	Lanche
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	25/ago	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO
	TERÇA-FEIRA	26/ago	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ QUEIJO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CAFÉ / BOLO DE CENOURA SIMPLES
	QUARTA-FEIRA	27/ago	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ OVO MEXIDO C/ QUEIJO
	QUINTA-FEIRA	28/ago	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MÓIDA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE LEITE C/ REQUEIJÃO / FRUTA
	SEXTA-FEIRA	29/ago	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL C/ PATE DE CENOURA C/ QUEIJO	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ MANTEIGA / FRUTA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
INTEGRAL	929,79	36,77	30,18	127,78	1058,25
PARCIAL MANHA	625,07	27,51	19,94	83,90	703,03
PARCIAL TARDE	588,06	25,97	16,72	83,41	633,92

FRUTAS DA SEMANA: MELANCIA / MELÃO / BANANA / MAÇÃ.

* 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
CRN3 21.549

11/07/25

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN 3 53796

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

AGOSTO/ 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
	4/ago	05//08	6/ago	7/ago	8/ago
Manhã / Tarde / Vespertino	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE REPOLHO (FATIAS FINAS) C/ CENOURA RALADA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO / FRUTA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	281,08	11,68	8,26	40,00	372,94
6 - 10 anos	326,51	13,45	9,70	46,35	408,54

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	4/ago	05//08	6/ago	7/ago	8/ago
Intermediário / Noturno	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE REPOLHO (FATIAS FINAS) C/ CENOURA RALADA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	285,65	13,24	7,43	41,46	340,83
6 - 10 anos	335,00	15,67	8,79	48,31	368,92
> 15 anos	490,67	25,36	12,85	68,39	444,94

FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MELANCIA

*1Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / *2 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. / *3Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

AGOSTO/ 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 Inermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	11/ago	12/ago	13/ago	14/ago	15/ago
Manhã / Tarde / Vespertino	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO / FRUTA	MACARRÃO ALHO A ÓLEO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO C/ TOMATE / SALADA DE CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	IOGURTE C/ CEREAL / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	260,41	12,37	5,07	41,32	281,36
6 - 10 anos	306,51	15,29	5,87	48,14	296,71

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	11/ago	12/ago	13/ago	14/ago	15/ago
Inermediário / Noturno	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / SALADA DE PEPINO (RODELAS) / FRUTA	MACARRÃO ALHO A ÓLEO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO C/ TOMATE / SALADA DE CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	261,13	14,41	5,45	38,62	276,70
6 - 10 anos	325,79	19,11	6,47	47,78	289,06
> 15 anos	442,95	28,14	8,52	63,41	312,70

FRUTAS DA SEMANA: BANANA / MELANCIA

*1Todas as saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA / *2 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. / *3Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549

11/07/25

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

AGOSTO/ 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 Inintermediário - 11h às 15h | Período Noturno - 19h às 23h

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Manhã / Tarde / Vespertino	18/ago	19/ago	20/ago	21/ago	22/ago
	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOPA AO MOLHO / ABÓBORA (CUBOS MÉDIOS)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA / FRUTA (SAEB - 5º ANO)	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	276,05	11,75	7,89	39,51	342,19
6 - 10 anos	322,96	14,66	9,24	45,29	361,36

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Intermediário / Noturno	18/ago	19/ago	20/ago	21/ago	22/ago
	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOPA AO MOLHO / ABÓBORA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA (SAEB - 5º ANO)	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO C/ CENOURA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	248,51	13,31	5,00	37,57	282,46
6 - 10 anos	293,83	16,89	5,90	43,30	299,00
> 15 anos	430,79	26,64	8,06	62,92	327,19

FRUTAS DA SEMANA: MAÇÃ / 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. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549

11/07/25

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

CARDÁPIO INFANTIL E FUNDAMENTAL

AGOSTO/ 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
	25/ago	26/ago	27/ago	28/ago	29/ago
Manhã / Tarde / Vespertino	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE COM QUEIJO / FRUTA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL C/ PERNIL DESFIADO / FRUTA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	269,21	12,30	6,71	39,90	304,72
6 - 10 anos	311,37	14,80	7,64	45,86	358,99

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	25/ago	26/ago	27/ago	28/ago	29/ago
Intermediário / Noturno	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) / FRUTA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	238,58	12,96	5,57	34,15	274,57
6 - 10 anos	299,61	17,06	6,49	43,26	284,06
> 15 anos	419,11	25,17	7,66	62,36	302,90

FRUTAS DA SEMANA: 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. / **Frutas servidas de acordo com safra e/ou maturação.

Aprovação: Departamento Nutrição Semecti

Elaboração: Departamento Nutrição Zamptec

Renata Ribeiro Caetano
Nutricionista
CRN3 21.549

11/07/25

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

AGOSTO/ 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
	4/ago	5/ago	6/ago	7/ago	8/ago
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ / PÃO DE SAL C/ REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO
Almoço	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO EM CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO PRETO C/ LINGUIÇA / VIRADO DE REPOLHO (FATIAS FINAS) C/ CENOURA RALADA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos	630,82	25,29	21,37	84,33	787,65
* 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

11/07/25

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

AGOSTO/ 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
	11/ago	12/ago	13/ago	14/ago	15/ago
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	SUCO DE ACEROLA / PÃO DE SAL C/ FRANGO DESFIADO	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM QUEIJO	IOGURTE C/ CEREAL
Almoço	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / POLENTA / SALADA DE REPOLHO (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESMIADO / SALADA DE PEPINO (RODELAS)	MACARRÃO ALHO A ÓLEO / CARNE MOÍDA C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO C/ TOMATE / SALADA DE CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos	593,05	29,51	16,61	81,38	678,80
* 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
CRM 21.549

11/07/25

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

AGOSTO/ 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
	18/ago	19/ago	20/ago	21/ago	22/ago
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA (SAEB - 5º ANO)	LEITE COM CHOCOLATE / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	SUCO DE GOIABA / PÃO DE SAL C/ OVO MEXIDO C/ TOMATE E QUEIJO
Almoço	MACARRONADA C/ CARNE MOÍDA E SALADA DE CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA AO MOLHO / ABÓBORA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS) (SAEB - 5º ANO)	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE C/ TOMATE / SALADA DE REPOLHO (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO COZIDO C/ CENOURA (CUBOS MÉDIOS)
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária 4 - 14 anos	Energia (Kcal) 587,47	Proteínas (g) 25,93	Lípidos (g) 20,02	Carboidrato (g) 74,98	Sódio (mg) 647,83
* 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

11/07/25

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796

CARDÁPIO - PROJETOS EDUCACIONAIS

AGOSTO/ 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
	25/ago	26/ago	27/ago	28/ago	29/ago
Manhã / Tarde / Vespertino	LEITE COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	LEITE C/ CHOCOLATE / PÃO DE LEITE 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/ PERNIL DESFIADO
Almoço	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ACELGA (FATIAS FINAS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCA C/ BATATA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	MACARRÃO ALHO E ÓLEO / FRANGO EM CUBOS C/ CENOURA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL C/ ABÓBORA COZIDA (CUBOS MÉDIOS)
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 14 anos	619,38	27,67	21,12	79,64	668,79
**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

11/07/25

Maria Izaiane O. Kitakawa
Nutricionista
CRN-3 53796