

Ensino Infantil de 0 a 6 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	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA 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)
0 a 6 Meses	548,69	12,14	28,70	60,72	419,52	6,07	629,28	121,44
SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA 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)
0 a 6 Meses	548,69	12,14	28,70	60,72	419,52	6,07	629,28	121,44
RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549 Departamento de Nutrição/Semecti			LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246 Departamento de Nutrição/Semecti					

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REEIÇÕES DOS BEBÊS

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



Ensino Infantil de 0 a 6 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	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA 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)
0 a 6 Meses	548,69	12,14	28,70	60,72	419,52	6,07	629,28	121,44
SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	TERÇA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUARTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	QUINTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1			
	SEXTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA 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)
0 a 6 Meses	548,69	12,14	28,70	60,72	419,52	6,07	629,28	121,44
RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549 Departamento de Nutrição/Semecti			LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246 Departamento de Nutrição/Semecti					

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REEIÇÕES DOS BEBÊS

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



Ensino Infantil de 0 a 6 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	30/03	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	TERÇA-FEIRA	31/03	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUARTA-FEIRA	01/04	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1	FORMULA LACTEA INFANTIL 1		
	QUINTA-FEIRA	02/04	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO		
	SEXTA-FEIRA	03/04	FERIADO	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)
0 a 6 Meses	548,69	12,14	28,70	60,72	419,52	6,07	629,28	121,44
RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549 Departamento de Nutrição/Semecti				LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246 Departamento de Nutrição/Semecti				

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REEIÇÕES DOS BEBÊS

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

CARDÁPIO CRECHE

MARÇO/2026



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			
1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCAS / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MAÇÃ	SOPA DE MACARRÃO COM LENTILHA, FRANGO DESFIADO, ABOBRINHA E BATATA / CHEIRO VERDE*			
	TERÇA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO / FOLHOSO COZIDO* / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 BANANA PRATA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO COZIDA EM CUBOS / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE*			
	QUARTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL DESFIADO C/ TOMATE / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MELÃO	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABÓBORA COZIDA / CHEIRO VERDE*			
	QUINTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CHUCHU, ABÓBORA / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MELANCIA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO COM TOMATE / PURÊ DE BATATA / CHEIRO VERDE*			
	SEXTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / CENOURA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MAMÃO FORMOSA	CANJA (ARROZ, BATATA E CENOURA COZIDOS, SOBRECOXA DE FRANGO DESFIADA) / CHEIRO VERDE*			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
6 a 12 Meses	583,64	24	21	76	363,37	7,40	475,35	68,55
SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE MOÍDA ABOBRINHA E CENOURA / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MELANCIA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*			
	TERÇA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / PERNIL AO MOLHO / REPOLHO REFOGADO / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 BANANA PRATA	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, FRANGO DESFIADO, ABÓBORA E CHUCHU / CHEIRO VERDE*			
	QUARTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	CANJA (ARROZ, BATATA E CENOURA COZIDOS, SOBRECOXA DE FRANGO DESFIADA) / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MELÃO	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABÓBORA COZIDA / CHEIRO VERDE*			
	QUINTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - MACARRÃO AO SUGO / SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA / CHUCHU COZIDO / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MAMÃO FORMOSA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / REPOLHO REFOGADO / CHEIRO VERDE*			
	SEXTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BETERRABA COZIDA / LEGUME COZIDO* / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MAÇÃ	SOPA DE CANJQUINHA C/ CARNE ISCA, TOMATE E COUVE DE FOLHAS (Fatias finas) / CHEIRO VERDE*			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
6 a 12 Meses	627,81	27	22	80	363,34	7,88	465,53	75,30
RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549 Departamento de Nutrição/Semecti			LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246 Departamento de Nutrição/Semecti					

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REEIÇÕES DOS BEBÊS (FAIXA ETÁRIA DE 6 A 12 MESES)

- FRUTAS: ATENÇÃO:** de 6 a 7 meses e 29 dias de idade - Banana prata, Caqui, Goiaba, Abacaxi, Maçã, Melão deverão ser ofertadas 1/2 unidade, cozida, amassada, sem semente, sem casca, na consistência de purê (papa de fruta)
- FRUTAS: ATENÇÃO:** de 8 a 12 meses e 29 dias de idade - Banana prata, Caqui, Goiaba, Abacaxi, Maçã, Melão deverão ser ofertadas 1/2 unidade, cozida, sem semente e sem casca
- REFEIÇÃO:** A partir dos 6 meses serão oferecidos os alimentos complementares que deverão apresentar, desde o início, consistência pastosa (alimentos bem cozidos, picados e amassados com garfo) e progredir gradativamente aumentando a consistência. A partir dos 9 meses, os alimentos poderão ser oferecidos levemente amassados ou cortados em pequenos pedaços, respeitando sempre a aceitação e o desenvolvimento da criança.

CARDÁPIO CRECHE

MARÇO/2026



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	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MELÃO	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE MOÍDA ABOBRINHA E BATATA / CHEIRO VERDE*			
	TERÇA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO / CHUCHU COZIDO / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MAMÃO FORMOSA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE*			
	QUARTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABÓBORA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MELANCIA	CANJA (ARROZ, BATATA E CENOURA COZIDOS, SOBRECOXA DE FRANGO DESFIADA) / CHEIRO VERDE*			
	QUINTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	FÓRMULA INFANTIL 2 BANANA PRATA	PAPA SALGADA – ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE*			
	SEXTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE CANJIQUINHA COM CARNE ISCAS, TOMATE E COUVE DE FOLHAS (Folhas finas) / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MAÇÃ	PAPA SALGADA - MACARRÃO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
6 a 12 Meses	599,68	25	21	78	368,88	8,62	490,70	73,54
SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h			
4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA COM TOMATE / PURÊ DE BATATA / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MAMÃO FORMOSA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE*			
	TERÇA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	SOPA DE MACARRÃO COM ERVILHA, CARNE CUBOS, ABÓBORA E CHUCHU / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MELANCIA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / PERNIL DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE*			
	QUARTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCAS COM TOMATE / REPOLHO REFOGADO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MAÇÃ	CANJA (ARROZ, BATATA E CENOURA COZIDOS, SOBRECOXA DE FRANGO DESFIADA) / CHEIRO VERDE*			
	QUINTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / BETERRABA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MELÃO	PAPA SALGADA - MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*			
	SEXTA-FEIRA	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ACELGA REFOGADA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 BANANA PRATA	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, FRANGO DESFIADO ABOBRINHA E CENOURA / CHEIRO VERDE*			
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
6 a 12 Meses	593,38	25	24	75	365,66	7,77	474,20	74,00
RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549 Departamento de Nutrição/Semecti			LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246 Departamento de Nutrição/Semecti					

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REEIÇÕES DOS BEBÊS (FAIXA ETÁRIA DE 6 A 12 MESES)

- FRUTAS: ATENÇÃO:** de 6 a 7 meses e 29 dias de idade - Banana prata, Caqui, Goiaba, Abacaxi, Maçã, Melão deverão ser ofertadas 1/2 unidade, cozida, amassada, sem semente, sem casca, na consistência de purê (papa de fruta)
- FRUTAS: ATENÇÃO:** de 8 a 12 meses e 29 dias de idade - Banana prata, Caqui, Goiaba, Abacaxi, Maçã, Melão deverão ser ofertadas 1/2 unidade, cozida, sem semente e sem casca
- REFEIÇÃO:** A partir dos 6 meses serão oferecidos os alimentos complementares que deverão apresentar, desde o início, consistência pastosa (alimentos bem cozidos, picados e amassados com garfo) e progredir gradativamente aumentando a consistência. A partir dos 9 meses, os alimentos poderão ser oferecidos levemente amassados ou cortados em pequenos pedaços, respeitando sempre a aceitação e o desenvolvimento da criança.



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			
5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	30/03	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MELÃO	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE MOÍDA ABOBRINHA E BATATA / CHEIRO VERDE*		
	TERÇA-FEIRA	31/03	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE* / FOLHOSO COZIDO* E LEGUME COZIDO*	FÓRMULA INFANTIL 2 MAMÃO FORMOSA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE*		
	QUARTA-FEIRA	01/04	FORMULA LACTEA INFANTIL 2	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABÓBORA COZIDA / CHEIRO VERDE*	FÓRMULA INFANTIL 2 MELANCIA	PAPA SALGADA - ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO DESFIADO / BETERRABA COZIDA / CHEIRO VERDE*		
	QUINTA-FEIRA	02/04	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO		
	SEXTA-FEIRA	03/04	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO		
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)								
Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
6 a 12 Meses	599,68	25	21	78	368,88	8,62	490,70	73,54
RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549 Departamento de Nutrição/Semecti			LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246 Departamento de Nutrição/Semecti					

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REEIÇÕES DOS BEBÊS (FAIXA ETÁRIA DE 6 A 12 MESES)

- FRUTAS: ATENÇÃO: de 6 a 7 meses e 29 dias de idade - Banana prata, Caqui, Goiaba, Abacaxi, Maçã, Melão deverão ser ofertadas 1/2 unidade, cozida, amassada, sem semente, sem casca, na consistência de purê (papa de fruta)
- FRUTAS: ATENÇÃO: de 8 a 12 meses e 29 dias de idade - Banana prata, Caqui, Goiaba, Abacaxi, Maçã, Melão deverão ser ofertadas 1/2 unidade, cozida, sem semente e sem casca
- REFEIÇÃO: A partir dos 6 meses serão oferecidos os alimentos complementares que deverão apresentar, desde o início, consistência pastosa (alimentos bem cozidos, picados e amassados com garfo) e progredir gradativamente aumentando a consistência. A partir dos 9 meses, os alimentos poderão ser oferecidos levemente amassados ou cortados em pequenos pedaços, respeitando sempre a aceitação e o desenvolvimento da criança.



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

1ª SEMANA

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA-FEIRA	02/03	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCAS / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CANELA / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA	SOPA DE MACARRÃO COM LENTILHA, FRANGO DESFIADO, ABOBRINHA E BATATA / CHEIRO VERDE* / MELÃO
TERÇA-FEIRA	03/03	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO COZIDA EM CUBOS / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE*
QUARTA-FEIRA	04/03	SUCO DE POLPA DE GOIABA / PÃO DE SAL CASEIRO COM PATÊ DE RICOTA C/ CENOURA E QUEIJO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS COM LEITE, BANANA PRATA E CANELA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABÓBORA COZIDA / CHEIRO VERDE* / MELANCIA
QUINTA-FEIRA	05/03	VITAMINA DE BANANA E MAMÃO / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / BANANA PRATA	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CHUCHU, ABÓBORA / CHEIRO VERDE*	CHÁ CLARO / CHÁ CLARO / BOLO DE BANANA E MAÇÃ C/ CANELA	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO COM TOMATE / PURÊ DE BATATA / CHEIRO VERDE*
SEXTA-FEIRA	06/03	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / CENOURA COZIDA / LEGUME CRU* + CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM QUEIJO / MAÇÃ	CANJA (ARROZ, BATATA E CENOURA COZIDOS, SOBRECOXA DE FRANGO DESFIADA / CHEIRO VERDE*

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária 01 a 03 anos, 11 meses	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
Período Integral	934,72	40,71	31,37	126,02	440,65	6,00	532,60	96,67
Período Parcial Manhã	486,48	22,18	17,86	60,54	214,52	3,05	275,59	47,22
Período Parcial Tarde	448,24	18,53	13,50	65,48	226,13	2,94	257,01	49,45

2ª SEMANA

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA-FEIRA	09/03	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS COM LEITE, MAÇÃ COZIDA, SEM CASCA E CANELA	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE MOÍDA ABOBRINHA E CENOURA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*
TERÇA-FEIRA	10/03	VITAMINA DE BANANA E MAMÃO / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / PERNIL AO MOLHO DE TOMATE / REPOLHO REFOGADO / CHEIRO VERDE*	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ E MAMÃO)	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, FRANGO DESFIADO, ABÓBORA E CHUCHU / CHEIRO VERDE*
QUARTA-FEIRA	11/03	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA	CANJA (ARROZ, BATATA E CENOURA COZIDOS, SOBRECOXA DE FRANGO DESFIADO) / CHEIRO VERDE* / MAÇÃ	CHÁ CLARO / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABÓBORA COZIDA / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*
QUINTA-FEIRA	12/03	LEITE INTEGRAL COM CANELA / PÃO DE SAL CASEIRO COM QUEIJO	MACARRÃO AO SUGO / SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA / CHUCHU COZIDO / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	SUCO DE POLPA DE MANGA / TORTA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE* / MELÃO
SEXTA-FEIRA	13/03	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / BANANA PRATA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / BETERRABA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE*	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	SOPA DE CANJQUINHA COM CARNE EM ISCA, TOMATE E COUVE DE FOLHAS (Fatias finas) / CHEIRO VERDE*

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária 01 a 03 anos, 11 meses	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
Período Integral	997,09	42,14	34,17	133,03	449,03	6,45	460,02	178,76
Período Parcial Manhã	554,28	21,58	18,93	76,52	237,41	3,48	220,87	54,89
Período Parcial Tarde	442,81	20,57	15,23	56,50	211,62	2,97	239,16	123,87

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REEIOES:

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);

3ª SEMANA

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA-FEIRA	16/03	CHÁ CLARO / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO /FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM QUEIJO	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE MOÍDA ABOBRINHA E BATATA / CHEIRO VERDE*
TERÇA-FEIRA	17/03	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO / CHUCHU COZIDO / FOLHOSO CRU* + CHEIRO VERDE*	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS COM LEITE, BANANA PRATA E CANELA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE* / BANANA PRATA
QUARTA-FEIRA	18/03	VITAMINA DE BANANA E MAMÃO / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO /CARNE CUBOS / ABÓBORA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CANELA / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	CANJA (ARROZ, BATATA E CENOURA COZIDOS, SOBRECOXA DE FRANGO DESFIADA) / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*
QUINTA-FEIRA	19/03	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE* / MELANCIA	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ E MAMÃO)	ARROZ / FEIJÃO/ OVO COZIDO AO VINAGRETE/ SALADA DE CHUCHU / CHEIRO VERDE*
SEXTA-FEIRA	20/03	SUCO DE POLPA DE GOIABA/ TORTA CASEIRA SALGADA DE FRANGO COM CENOURA E TOMATE / CHEIRO VERDE*	SOPA DE CANJQUINHA COM CARNE ISCAS, TOMATE E COUVE DE FOLHAS (Fatias finas) / CHEIRO VERDE*	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / MAMÃO FORMOSA	MACARRAO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária 01 a 03 anos, 11 meses	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
Período Integral	964,34	41,59	33,49	127,08	429,99	7,29	507,90	88,53
Período Parcial Manhã	491,72	21,29	16,93	65,55	216,65	3,56	277,39	60,29
Período Parcial Tarde	472,62	20,30	16,56	61,53	213,34	3,74	230,51	28,24

4ª SEMANA

SEMANA	DATA	Desjejum 08h às 08h30	Almoço 10h às 11h	Lanche 13h às 13h30	Jantar 15h às 16h
SEGUNDA-FEIRA	23/03	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO /CARNE MOÍDA COM TOMATE / PURÊ DE BATATA / CHEIRO VERDE*	SUCO DE POLPA DE ACEROLA / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE* / MELANCIA
TERÇA-FEIRA	24/03	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS COM LEITE, MAÇÃ COZIDA, SEM CASCA E CANELA	SOPA DE MACARRÃO COM ERVILHA, CARNE CUBOS, ABÓBORA E CHUCHU / CHEIRO VERDE* / BANANA PRATA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / PERNIL EM CUBOS AO MOLHO / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE*
QUARTA-FEIRA	25/03	LEITE INTEGRAL COM CANELA / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / MELÃO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE ISCAS COM TOMATE / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE*	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA	CANJA (ARROZ, BATATA E CENOURA COZIDOS, SOBRECOXA DE FRANGO DESFIADA) / CHEIRO VERDE*
QUINTA-FEIRA	26/03	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM QUEIJO	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / BETERRABA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	CHÁ CLARO / BOLO DE BANANA C/ CACAU	MACARRÃO AO MOLHO / CARNE MOÍDA / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*
SEXTA-FEIRA	27/03	VITAMINA DE BANANA E MAMÃO / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / OVO MEXIDO COM TOMATE / SALADA DE ACELGA / LEGUME CRU* + CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM PATÊ CASEIRO DE RICOTA COM CENOURA E QUEIJO / CHEIRO VERDE*	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, FRANGO DESFIADO, ABOBRINHA E CENOURA / CHEIRO VERDE* / MAÇÃ

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária 01 a 03 anos, 11 meses	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
Período Integral	856,12	37,05	29,40	113,46	335,74	5,75	470,24	96,48
Período Parcial Manhã	456,06	18,75	15,17	62,67	148,58	3,06	245,82	34,10
Período Parcial Tarde	400,06	18,30	14,23	50,78	187,16	2,70	224,42	62,38

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REEIÇÕES:

- 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);

CARDÁPIO CRECHE

MARÇO/2026



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	30/03	CHÁ CLARO / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO / FRANGO DESFIADO / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM QUEIJO	SOPA DE MACARRÃO COM FEIJÃO, CARNE MOÍDA ABOBRINHA E BATATA / CHEIRO VERDE*
TERÇA-FEIRA	31/03	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM OVO MEXIDO	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO / CHUCHU COZIDO / FOLHOSO CRU* / LEGUME CRU* / CHEIRO VERDE*	MINGAU DE AVEIA EM FLOCOS COM LEITE, BANANA PRATA E CANELA	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE* / BANANA PRATA
QUARTA-FEIRA	01/04	VITAMINA DE BANANA E MAMÃO / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA / MELÃO	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / ABÓBORA COZIDA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CANELA / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	ARROZ / FEIJÃO / SOBRECOXA DE FRANGO DESFIADO / BETERRABA COZIDA / CHEIRO VERDE*
QUINTA-FEIRA	02/04	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO
SEXTA-FEIRA	03/04	FERIADO	FERIADO	FERIADO	FERIADO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária 01 a 03 anos, 11 meses	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
Período Integral	964,34	41,59	33,49	127,08	429,99	7,29	507,90	88,53
Período Parcial Manhã	491,72	21,29	16,93	65,55	216,65	3,56	277,39	60,29
Período Parcial Tarde	472,62	20,30	16,56	61,53	213,34	3,74	230,51	28,24

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

INSTRUÇÕES PARA A PREPARAÇÃO DAS REEIÇÕES:

- 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;
- FRUTAS: ATENÇÃO:** Idade de 12 a 24 meses a FRUTA deve ser servida crua em corte de segurança (filete ou fatias finas);

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL

MARÇO/2026



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

Período Integral: Desjejum - 08h20 às 10h | Almoço - 11h40 às 13h | Lanche da Tarde - 15h às 16h

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/03	03/03	04/03	05/03	06/03
Desjejum (08h20 às 10h)	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM QUEIJO / MAÇÃ	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / MELÃO	SUCO DE POLPA DE MANGA / TORTA CASEIRA SALGADA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA, ABOBRINHA / CHEIRO VERDE*
Almoço (11h40h às 13h)	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE ISCAS / CENOURA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ FRANGO DESFIADO / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE* + FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ PEIXE COZIDO COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ALFACE + LEGUME CRU* / CHEIRO VERDE*
Lanche da Tarde (15h às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / MAMÃO FORMOSA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	SUCO DE POLPA DE GOIABA / PÃO DE SAL COM PERNIL DESFIADO, TOMATE E CEBOLA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA / BANANA NANICA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 - 10 anos	1108,06	45,52	41,52	140,60	1248,46

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixe e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter **SALSA e CHEIRO VERDE***

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (**FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS**)

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL

MARÇO/2026



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

Período Integral: Desjejum - 08h20 às 10h | Almoço - 11h40 às 13h | Lanche da Tarde - 15h às 16h

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/03	10/03	11/03	12/03	13/03
Desjejum (08h20 às 10h)	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA / MAÇÃ	SUCO DE POLPA DE ACEROLA / PÃO DE SAL CASEIRO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / BANANA NANICA	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*
Almoço (11h40h às 13h)	MACARRÃO AO SUGO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA / SALADA DE ACELGA / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / CARNE MOÍDA AO MOLHO / REPOLHO REFOGADO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO PRETO COM LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / BATATA COZIDA / LEGUME COZIDO + CHEIRO VERDE*
Lanche da Tarde (15h às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / BOLO CASEIRO DE CENOURA MESCLADO C/ CACAU / MELANCIA	VITAMINA DE BANANA E MAMÃO / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	SUCO DE POLPA DE GOIABA / PÃO DE SAL CASEIRO COM CARNE ISCA AO MOLHO (BURACO QUENTE) / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA / MELÃO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 - 10 anos	1099,40	43,14	42,49	138,36	1358,13

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixe e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSAS e CHEIRO VERDE*

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL

MARÇO/2026



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

Período Integral: Desjejum - 08h20 às 10h | Almoço - 11h40 às 13h | Lanche da Tarde - 15h às 16h

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/03	17/03	18/03	19/03	20/03
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / BANANA NANICA	VITAMINA DE BANANA / PÃO DE SAL CASEIRO COM QUEIJO	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / MELÃO	SUCO DE POLPA DE GOIABA / PÃO DE SAL COM CARNE ISCAS AO MOLHO DE TOMATE E CEBOLA (CARNE LOUCA) / CHEIRO VERDE*
Almoço (12h às 13h30)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO C/TOMATE / CHUCHU COZIDO / FOLHOSO CRU* + CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE CUBOS/ ABÓBORA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE*	MACARRAO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / SALADA DE PEPINO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ PERNIL EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA / CENOURA COZIDA / CHEIRO VERDE*
Lanche da Tarde (15h às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	SUCO DE POLPA DE MANGA / TORTA CASEIRA SALGADA DE FRANGO COM CENOURA E TOMATE / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE* / MAÇÃ	SUCO DE POLPA DE ACEROLA / PÃO DE SAL CASEIRO COM PATÊ DE RICOTA COM QUEIJO E CENOURA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE LEITE COM MANTEIGA / MELANCIA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidios (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 - 10 anos	1072,99	45,85	38,06	138,57	1264,38

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
 Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
 Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixe e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSAS e CHEIRO VERDE*

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL

MARÇO/2026



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

Período Integral: Desjejum - 08h20 às 10h | Almoço - 11h40 às 13h | Lanche da Tarde - 15h às 16h

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	23/03	24/03	25/03	26/03	27/03
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	SUCO DE POLPA DE ACEROLA / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / BOLO CASEIRO DE MAÇÃ, BANANA E CANELA EM PÓ	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA / MAMÃO FORMOSA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE COM MANTEIGA / MELÃO
Almoço (12h às 13h30)	MACARRAO AO SUGO / CARNE MOÍDA COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ POLENTA / FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE ISCAS COM TOMATE / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / BETERRABA COZIDA / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / SALADA DE ACELGA C/ CENOURA RALADA / CHEIRO VERDE*
Lanche da Tarde (15h às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM QUEIJO / MELANCIA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA/ MAÇÃ	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	VITAMINA DE BANANA E MAMÃO/ PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	SUCO DE POLPA DE MANGA / PÃO DE SAL CASEIRO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO / CHEIRO VERDE*

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 - 10 anos	1141,03	38,58	38,09	146,90	1119,07

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixe e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSAS e CHEIRO VERDE*

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL

MARÇO/2026



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

Período Integral: Desjejum - 08h20 às 10h | Almoço - 11h40 às 13h | Lanche da Tarde - 15h às 16h

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	SUCO DE POLPA DE ACEROLA / PÃO DE SAL CASEIRO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE LEITE COM MANTEIGA / MELÃO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
Almoço (12h às 13h30)	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE CHUCHU / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / BATATA COZIDA / FOLHOSO E LEGUME CRU + CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOPA DESFIADA / SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA / CHEIRO VERDE*	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
Lanche da Tarde (15h às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA / MAÇÃ	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM QUEIJO / BANANA NANICA	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	PONTO FACULTATIVO	FERIADO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 - 10 anos	1045,10	22,66	20,29	72,28	612,55

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSAS e CHEIRO VERDE*

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL - PARCIAIS MANHÃ E TARDE

MARÇO/2026



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

Período Integral: Desjejum - 08h20 às 10h | Almoço - 11h40 às 13h | Lanche da Tarde - 15h às 16h

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/03	03/03	04/03	05/03	06/03
Parcial Manhã (09h30 às 10h)	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM QUEIJO / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO/ FRANGO DESFIADO / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE	ARROZ / FEIJÃO/ PEIXE COZIDO COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	SUCO DE POLPA DE MANGA / TORTA CASEIRA SALGADA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA, ABOBRINHA / CHEIRO VERDE* / BANANA NANICA
Parcial Tarde (15h às 16h)	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO/ FRANGO DESFIADO / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE	ARROZ / FEIJÃO/ PEIXE COZIDO COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA / BANANA NANICA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária 6 – 10 anos	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
Parcial Manhã	398,96	21,53	15,11	44,03	239,99
Parcial Tarde	375,00	13,54	12,84	52,65	337,62

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixe e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA e CHEIRO VERDE*

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL - PARCIAIS MANHÃ E TARDE

MARÇO/2026



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

Período Integral: Desjejum - 08h20 às 10h | Almoço - 11h40 às 13h | Lanche da Tarde - 15h às 16h

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/03	10/03	11/03	12/03	13/03
Parcial Manhã (09h30 às 10h)	MACARRÃO AO SUGO / SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA / SALADA DE ACELGA / CHEIRO VERDE*	SUCO DE POLPA DE ACEROLA / PÃO DE SAL CASEIRO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO / CHEIRO VERDE* / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO PRETO COM LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA / FOLHOSO COZIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE* / MELÃO
Parcial Tarde (15h às 16h)	MACARRÃO AO SUGO / SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA / SALADA DE ACELGA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / BOLO CASEIRO DE CENOURA MESCLADO C/ CACAU / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO PRETO COM LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA / FOLHOSO COZIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA / MELÃO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária 6 – 10 anos	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
Parcial Manhã	339,13	15,75	10,32	46,38	469,72
Parcial Tarde	357,26	14,06	13,74	45,06	402,80

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixe e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter **SALSA** e **CHEIRO VERDE***

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (**FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS**)

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL - PARCIAIS MANHÃ E TARDE

MARÇO/2026



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

Período Integral: Desjejum - 08h20 às 10h | Almoço - 11h40 às 13h | Lanche da Tarde - 15h às 16h

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/03	17/03	18/03	19/03	20/03
Parcial Manhã (09h30 às 10h)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / BANANA NANICA	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE CUBOS/ ABÓBORA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE*	MACARRAO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / SALADA DE PEPINO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE	SUCO DE POLPA DE GOIABA / PÃO DE SAL COM CARNE ISCAS AO MOLHO DE TOMATE E CEBOLA (CARNE LOUCA) / CHEIRO VERDE* / MELANCIA
Parcial Tarde (15h às 16h)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE*	SUCO DE POLPA DE MANGA / TORTA CASEIRA SALGADA DE FRANGO COM CENOURA E TOMATE / CHEIRO VERDE*/ BANANA NANICA	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE CUBOS/ ABÓBORA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE*	MACARRAO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / SALADA DE PEPINO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE LEITE COM MANTEIGA / MELANCIA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária 6 – 10 anos	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
Parcial Manhã	338,15	16,76	9,11	48,63	367,77
Parcial Tarde	381,00	19,71	12,21	48,81	341,46

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixe e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter **SALSA e CHEIRO VERDE***

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (**FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS**)

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL - PARCIAIS MANHÃ E TARDE

MARÇO/2026



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

Período Integral: Desjejum - 08h20 às 10h | Almoço - 11h40 às 13h | Lanche da Tarde - 15h às 16h

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	23/03	24/03	25/03	26/03	27/03
Parcial Manhã (09h30 às 10h)	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	SUCO DE POLPA DE ACEROLA / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE* / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE ISCAS COM TOMATE / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / BETERRABA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE COM MANTEIGA / MELÃO
Parcial Tarde (15h às 16h)	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE ISCAS COM TOMATE / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / BETERRABA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	SUCO DE POLPA DE MANGA / PÃO DE SAL CASEIRO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO / CHEIRO VERDE* / MELÃO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária 6 – 10 anos	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
Parcial Manhã	328,11	14,66	9,09	47,43	328,71
Parcial Tarde	280,71	13,79	6,47	42,44	261,57

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixe e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter **SALSA e CHEIRO VERDE***

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL - PARCIAIS MANHÃ E TARDE

MARÇO/2026



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

Período Integral: Desjejum - 08h20 às 10h | Almoço - 11h40 às 13h | Lanche da Tarde - 15h às 16h

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
Parcial Manhã (09h30 às 10h)	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE CHUCHU / CHEIRO VERDE*	SUCO DE POLPA DE ACEROLA / PÃO DE SAL CASEIRO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO / CHEIRO VERDE* / BANANA NANICA	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOPA DESFIADA / SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA / CHEIRO VERDE*	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
Parcial Tarde (15h às 16h)	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE CHUCHU / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM QUEIJO / BANANA NANICA	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOPA DESFIADA / SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA / CHEIRO VERDE*	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)					
Faixa etária 6 – 10 anos	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
Parcial Manhã	282,12	13,10	5,27	45,97	292,83
Parcial Tarde	334,72	14,59	9,50	48,08	323,17
RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549 Departamento de Nutrição/Semecti		LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246 Departamento de Nutrição/Semecti			
Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixe e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA e CHEIRO VERDE*					
*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)					

CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUNDAMENTAL**MARÇO/2026**

Pré escola - de 4 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 - 07 às 11h ou 08h às 12h | Período Tarde - 13h às 17h | Período Vespertino - 15h às 19h

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

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/03	03/03	04/03	05/03	06/03
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM QUEIJO / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO/ FRANGO DESEFIADO / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ PEIXE COZIDO COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	SUCO DE POLPA DE GOIABA / PÃO DE SAL CASEIRO COM PERNIL DESEFIADO COM TOMATE E CEBOLA / CHEIRO VERDE* / BANANA NANICA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	312,95	13,80	9,03	45,45	356,99
6 - 10 anos	361,64	17,21	10,14	51,92	366,34

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/03	03/03	04/03	05/03	06/03
Intermediário	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE ISCAS / CENOURA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO/ FRANGO DESEFIADO / ABOBRINHA COZIDA CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ PEIXE COZIDO COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ALFACE / LEGUME CRU* + CHEIRO VERDE* / BANANA NANICA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	279,14	14,71	5,73	42,74	291,40
6 - 10 anos	350,58	19,85	7,03	52,69	304,25
> 15 anos	480,36	29,42	9,55	69,78	328,04

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter **SALSA e CHEIRO VERDE***

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (**FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS**)

CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUNDAMENTAL

MARÇO/2026



Pré escola - de 4 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 - 07 às 11h ou 08h às 12h | Período Tarde - 13h às 17h | Período Vespertino - 15h às 19h

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

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/03	10/03	11/03	12/03	13/03
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	MACARRÃO AO SUGO / SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA / SALADA DE ACELGA / CHEIRO VERDE*	SUCO DE POLPA DE MANGA / PÃO DE SAL CASEIRO COM CARNE MOÍDA / CHEIRO VERDE* / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO PRETO COM LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA / MELÃO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	293,12	13,01	8,66	41,33	354,11
6 - 10 anos	344,79	16,48	9,72	48,64	363,07

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/03	10/03	11/03	12/03	13/03
Intermediário	MACARRÃO AO SUGO / SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA / SALADA DE ACELGA / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / CARNE MOÍDA AO MOLHO / REPOLHO REFOGADO / CHEIRO VERDE* / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO PRETO COM LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / BATATA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE* / MELÃO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	280,01	14,97	6,51	40,58	323,00
6 - 10 anos	346,53	19,61	7,56	50,41	336,45
> 15 anos	460,46	28,83	10,07	64,20	348,26

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter **SALSA** e **CHEIRO VERDE***

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (**FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS**)

CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUNDAMENTAL

MARÇO/2026



Pré escola - de 4 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 - 07 às 11h ou 08h às 12h | Período Tarde - 13h às 17h | Período Vespertino - 15h às 19h

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

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/03	17/03	18/03	19/03	20/03
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / BANANA NANICA	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE CUBOS / ABÓBORA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE*	MACARRÃO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / SALADA DE PEPINO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	SUCO DE POLPA DE GOIABA / PÃO DE SAL COM CARNE ISCAS AO MOLHO DE TOMATE CASEIRO / CHEIRO VERDE* / MELANCIA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	303,06	14,11	7,81	45,52	357,10
6 - 10 anos	350,93	17,28	8,70	52,38	366,07

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/03	17/03	18/03	19/03	20/03
Intermediário	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / CHUCHU COZIDO / FOLHOSO CRU* + CHEIRO VERDE* / BANANA NANICA	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE CUBOS/ ABÓBORA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE*	MACARRÃO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / SALADA DE PEPINO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ PERNIL EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA/ COUVE REFOGADA / CHEIRO VERDE* / MELANCIA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	277,36	13,79	5,56	43,61	290,16
6 - 10 anos	344,94	18,36	6,61	53,70	320,07
> 15 anos	480,94	27,67	9,13	72,56	366,24

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter **SALSA** e **CHEIRO VERDE***

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (**FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS**)

CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUNDAMENTAL

MARÇO/2026



Pré escola - de 4 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 - 07 às 11h ou 08h às 12h | Período Tarde - 13h às 17h | Período Vespertino - 15h às 19h

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

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	23/03	24/03	25/03	26/03	27/03
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	SUCO DE POLPA DE ACEROLA / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE* / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE ISCAS COM TOMATE / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / BETERRABA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / MELÃO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	293,45	12,43	9,09	41,07	437,61
6 - 10 anos	342,20	15,22	10,43	47,50	477,00

4ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	23/03	24/03	25/03	26/03	27/03
Intermediário	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ POLENTA / FRANGO DESFIADO AO MOLHO / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE* / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE ISCAS COM TOMATE / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / BETERRABA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / SALADA DE ACELGA C/ CENOURA RALADA E LEGUME CRU* / CHEIRO VERDE* / MELÃO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	282,48	14,52	7,19	40,18	377,56
6 - 10 anos	374,35	20,13	8,66	54,64	432,14
> 15 anos	490,48	28,40	12,38	67,00	514,02

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA e CHEIRO VERDE*

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)

CARDÁPIO PRÉ ESCOLA E FUNDAMENTAL

MARÇO/2026



Pré escola - de 4 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 - 07 às 11h ou 08h às 12h | Período Tarde - 13h às 17h | Período Vespertino - 15h às 19h

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

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE CHUCHU / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA / BANANA NANICA	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DESFIADA/ SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA / CHEIRO VERDE* / MELÃO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	293,45	12,43	9,09	41,07	437,61
6 - 10 anos	342,20	15,22	10,43	47,50	477,00

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
Intermediário	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE CHUCHU / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / BATATA COZIDA / FOLHOSO CRU* / LEGUME CRU* / CHEIRO VERDE* / BANANA NANICA	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DESFIADA / SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA / CHEIRO VERDE* / MELÃO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
4 - 5 anos	282,48	14,52	7,19	40,18	377,56
6 - 10 anos	374,35	20,13	8,66	54,64	432,14
> 15 anos	490,48	28,40	12,38	67,00	514,02

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter **SALSA e CHEIRO VERDE***

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (**FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS**)

CARDÁPIO PROJETOS EDUCACIONAIS

MARÇO/2026



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

Período Manhã - 07 às 11h ou 08h às 12h | Período Tarde - 13h às 17h | Período Vespertino - 15h às 19h

Período Intermediário - 11h às 15h

1ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/03	03/03	04/03	05/03	06/03
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM QUEIJO	SUCO DE POLPA DE MANGA / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE LEITE COM MANTEIGA	SUCO DE POLPA DE GOIABA / PÃO DE SAL CASEIRO COM PERNIL DESFIADO COM TOMATE E CEBOLA / CHEIRO VERDE*
Almoço	MACARRÃO AO SUGO / CARNE MOÍDA / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE ISCAS / CENOURA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE* / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO/ FRANGO DESMIADO / ABOBRINHA COZIDA / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ PEIXE COZIDO COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / OVO COZIDO AO VINAGRETE / SALADA DE ALFACE / LEGUME CRU* + CHEIRO VERDE* / BANANA NANICA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 - 10 anos	710,00	33,62	23,51	92,67	825,26

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixes e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA e CHEIRO VERDE*

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)

CARDÁPIO PROJETOS EDUCACIONAIS

MARÇO/2026



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

Período Manhã - 07 às 11h ou 08h às 12h | Período Tarde - 13h às 17h | Período Vespertino - 15h às 19h

Período Intermediário - 11h às 15h

2ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/03	10/03	11/03	12/03	13/03
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA	SUCO DE POLPA DE MANGA / PÃO DE SAL CASEIRO COM CARNE MOÍDA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA
Almoço	MACARRÃO AO SUGO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA / SALADA DE ACELGA / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / POLENTA / CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE CASEIRO / REPOLHO REFOGADO / CHEIRO VERDE* / MELANCIA	ARROZ / FEIJÃO PRETO COM LINGUIÇA / VIRADO DE COUVE / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / CENOURA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* + CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / CARNE CUBOS / BATATA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE* / MELÃO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 - 10 anos	690,29	29,92	25,03	87,35	797,87

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixes e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA e CHEIRO VERDE*

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)

CARDÁPIO PROJETOS EDUCACIONAIS

MARÇO/2026



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

Período Manhã - 07 às 11h ou 08h às 12h | Período Tarde - 13h às 17h | Período Vespertino - 15h às 19h

Período Intermediário - 11h às 15h

3ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/03	17/03	18/03	19/03	20/03
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM QUEIJO	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA	SUCO DE POLPA DE GOIABA / PÃO DE SAL COM CARNE ISCAS AO MOLHO / CHEIRO VERDE*
Almoço	ARROZ / FEIJÃO / CARNE MOÍDA / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / PEIXE COZIDO C/ TOMATE / CHUCHU COZIDO / FOLHOSO CRU* / CHEIRO VERDE* BANANA NANICA	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE CUBOS/ ABÓBORA COZIDA / LEGUME COZIDO* + CHEIRO VERDE*	MACARRAO AO SUGO / FRANGO DESFIADO / SALADA DE PEPINO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ PERNIL EM CUBOS COM TOMATE E CEBOLA/ COUVE REFOGADA / CHEIRO VERDE* / MELANCIA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 - 10 anos	709,40	31,42	22,33	98,24	811,33

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixes e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA e CHEIRO VERDE*

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)

CARDÁPIO PROJETOS EDUCACIONAIS

MARÇO/2026



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

Período Manhã - 07 às 11h ou 08h às 12h | Período Tarde - 13h às 17h | Período Vespertino - 15h às 19h

Período Intermediário - 11h às 15h

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
4ª SEMANA	23/03	24/03	25/03	26/03	27/03
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE SAL COM MANTEIGA	SUCO DE POLPA DE ACEROLA / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA	SUCO DE MANGA / PÃO DE SAL CASEIRO COM CARNE MOÍDA / CHEIRO VERDE*	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA
Almoço	MACARRAO AO SUGO / CARNE MOÍDA COM TOMATE / BATATA COZIDA / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ POLENTA / FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE CASEIRO / CHUCHU COZIDO / CHEIRO VERDE* / MAÇÃ	ARROZ / FEIJÃO/ CARNE ISCAS COM TOMATE / SALADA DE REPOLHO / CHEIRO VERDE* / FRUTA INTEIRA/CORTE*	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DE FRANGO EM CUBOS / BETERRABA COZIDA / FOLHOSO COZIDO* / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM TOMATE E QUEIJO / SALADA DE ACELGA C/ CENOURA RALADA / LEGUME CRU* / CHEIRO VERDE* / MELÃO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 - 10 anos	710,22	30,57	23,89	94,48	904,25

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixes e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA e CHEIRO VERDE*

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)

CARDÁPIO PROJETOS EDUCACIONAIS

MARÇO/2026



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

Período Manhã - 07 às 11h ou 08h às 12h | Período Tarde - 13h às 17h | Período Vespertino - 15h às 19h

Período Intermediário - 11h às 15h

5ª SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
Manhã (08 às 09h30) Tarde ou Vespertino (14h30 às 16h)	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ / PÃO DE SAL CASEIRO COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ / PÃO DE LEITE CASEIRO COM MANTEIGA	SUCO DE POLPA DE ACEROLA / PÃO DE SAL CASEIRO COM OVO MEXIDO / CHEIRO VERDE*	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
Almoço	ARROZ / FEIJÃO / PERNIL EM CUBOS C/ TOMATE / SALADA DE CHUCHU / CHEIRO VERDE*	ARROZ / FEIJÃO / CARNE EM CUBOS / BATATA COZIDA / FOLHOSO CRU* / LEGUME CRU* / CHEIRO VERDE* / BANANA NANICA	ARROZ / FEIJÃO/ SOBRECOXA DESMIADA / SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA / CHEIRO VERDE* / MELÃO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS - (*Média Semanal)

Faixa etária	Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídeos (g)	Carboidrato (g)	Sódio (mg)
6 - 10 anos	710,22	30,57	23,89	94,48	904,25

RENATA RIBEIRO CAETANO CRN3 21.549
Departamento de Nutrição/Semecti

LILIAN SAYURI KURIKI CRN3 31.246
Departamento de Nutrição/Semecti

Todas as preparações protéicas (carne, frango, peixes e ovos), saladas, legumes cozidos ou refogados devem conter SALSA e CHEIRO VERDE*

*Itens adquiridos pela agricultura familiar, podendo ocorrer alterações conforme a safra/qualidade dos mesmos (FRUTA INTEIRA/CORTE, FOLHOSOS, LEGUMES E TEMPEROS NATURAIS)