



Cardápio Escolas Mistas - UMEs Alagoas, João Ramalho, Mário, Ortega, Rui Barbosa e Usina - MAIO 2026

	04/05 (Segunda-feira)	05/05 (Terça-feira)	06/05 (Quarta-feira)	07/05 (Quinta-feira)	08/05 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Suco de uva Pão de forma integral com margarina	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Vitamina de banana e mamão Maçã	Suco de abacaxi Cuscuz com frango	Leite com café Biscoito rosquinha de coco
REFEIÇÃO (11h)	Macarrão ao sugo Frango desfiado com cenoura Salada de feijão branco a vinagrete Melancia	Arroz, feijão Carne em cubos com batata doce Salada de beterraba ralada Melão	Arroz, feijão Frango com abóbora Salada de repolho com tomate Banana	Arroz, feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate) Salada de batata Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de acelga com cenoura Melancia
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito Cream Craker	Mingau de cacau	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga	Vitamina de Abacate Banana
JANTAR (16h)	Arroz, feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Batata sauté Laranja	Arroz Pernil com mandioca Salada de acelga com tomate Melancia	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho com berinjela Salada de alface Maçã	Sopa de legumes com carne (batata, abóbora, chuchu, macarrão para sopa) Banana	Arroz com cenoura, Feijão Frango com abobrinha Salada de pepino com tomate Melão
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	MEXERICA	PERA	GOIABA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1120	174	51	28
Fundamental	6 a 10 anos	1250	188	50	30

Raquel N. R. C. Neves
CRN-3 35646
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE



Cardápio Escolas Mistas - UMEs Alagoas, João Ramalho, Mário, Ortega, Rui Barbosa e Usina - MAIO 2026

	11/05 (Segunda-feira)	12/05 (Terça-feira)	13/05 (Quarta-feira)	14/05 (Quinta-feira)	15/05 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Suco de Melancia Pão de forma integral com margarina	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Vitamina de abacate Banana	Mingau de maisena	Leite com cacau Biscoito cream cracker
REFEIÇÃO (11h)	Arroz com cenoura, feijão Ovos mexidos com cenoura Salada de batata Laranja	Macarrão so sugo Carne em cubos com abóbora Salada de repolho misto (verde e roxo) Maçã	Arroz, feijão Frango com abobrinha Salada de escarola com tomate Caqui	Arroz, feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Laranja	Arroz com cenoura Frango ao molho Salada de beterraba cozida com salsa Melancia
LANCHE (13h30)	Leite com café Biscoito rosquinha de coco	Suco de Maracujá Cuscuz com ovo	Suco de goiaba Pão de forma com manteiga	iogurte de morango Pão hot dog com manteiga	Vitamina de banana Maçã
JANTAR (16h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de grão de bico com tomate e salsa Melão	Arroz, feijão Frango ao molho Salada de acelga com tomate Melancia	Sopa de feijão com carne (cenoura, batata, chuchu e macarrão para sopa) Maçã	Arroz com Brócolis Isca de frango acebolada Creme de milho Banana	Arroz, feijão Carne em cubos com cenoura Salada de escarola com tomate Pera
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	BANANA	CARAMBOLA	MEXERICA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1118	172	49	26
Fundamental	6 a 10 anos	1256	190	52	32

Raquel N. R. C Neves
CRN-3 35646
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE



Cardápio Escolas Mistas - UMEs Alagoas, João Ramalho, Mário, Ortega, Rui Barbosa e Usina - MAIO 2026

	18/05 (Segunda-feira)	19/05 (Terça-feira)	20/05 (Quarta-feira)	21/05 (Quinta-feira)	22/05 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com café Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	Vitamina de mamão com banana Banana	Suco de maracujá Pão de forma com manteiga	Suco de melancia Pipoca / Biscoito rosquinha de coco
REFEIÇÃO (11h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de feijão branco com cenoura ralada Melão	Arroz, feijão preto Pernil ao vinagrete Virado de acelga Maçã	Macarrão ao sugo Frango com cenoura Salada de escarola com tomate Melão	Arroz, feijão Carne em cubos com batata doce Salada de pepino e tomate Banana	Arroz, feijão Frango com abóbora Salada de repolho Melancia
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão	Arroz doce com canela	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga	Vitamina de abacate Maçã	Suco de uva Pipoca / Biscoito maisena
JANTAR (16h)	Arroz, feijão Omelete com cebola e orégano Salada de repolho com cenoura Laranja	Risoto de frango com ervilha, cenoura e salsa Salada de beterraba ralada Melancia	Arroz, feijão Peixe ao molho Batata e cenoura sauté Banana	Sopa de legumes com frango (abóbora, batata, chuchu, macarrão para sopa) Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de alface com cenoura Maçã
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	PERA	BANANA	MEXERICA

Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1190	187	54	27
Fundamental	6 a 10 anos	1265	201	56	28

Raquel N. R. C Neves
CRN-3 35646
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE



Cardápio Escolas Mistas - UMEs Alagoas, João Ramalho, Mário, Ortega, Rui Barbosa e Usina - MAIO 2026

	25/05 (Segunda-feira)	26/05 (Terça-feira)	27/05 (Quarta-feira)	28/05 (Quinta-feira)	29/05 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Pão de forma com margarina	Leite com cacau Pão hot dog com requeijão	Mingau de cacau	logurte de morango Biscoito Rosquinha de coco	*Bolo com cobertura de brigadeiro de cacau Suco integral individual
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, feijão Ovos mexidos com salsa Batata e cenoura sauté Laranja	Macarrão so alho e óleo Carne em cubos desfiada ao molho Salada de repolho com cenoura Melão	Arroz, feijão Peixe ao molho com batata Salada de acelga com tomate Banana	Arroz, feijão Preto Pernil com mandioca Salada de alface Laranja	Macarrão ao sugo Frango acebolado Salada de repolho com cenoura Melancia
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito maisena	Suco de maracujá Cuscuz com frango	Suco de abacaxi Pão de forma integral com manteiga	Café com leite Pão hot dog com requeijão	*Bolo com cobertura de brigadeiro de cacau Suco integral individual
JANTAR (16h)	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado com abobrinha Salada feijão fradinho a vinagrete Melancia	Arroz, feijão Preto Pernil com cebola e pimentão Farofa de ovo Laranja	Sopa de feijão com carne (cenoura, batata, chuchu, macarrão para sopa) Banana	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho misto (verde e roxo) Maçã	Arroz, feijão Carne em cubos com batata Salada de tomate Melão
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	MEXERICA	GOIABA	PERA

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

*Suco individual e bolo com cobertura de brigadeiro previsto para os aniversariantes do mês - Para as unidades em que o forno não comporta a produção de bolo deve ser servido bolinho individual com cobertura de brigadeiro e deve ser produzido um bolo com cobertura para o "Parabéns".

Cardápio adaptado para atendimento adequado às turmas de período parcial e integral.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1202	191	57	29
Fundamental	6 a 10 anos	1298	202	58	31

Raquel N. R. C Neves
CRN-3 35646
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE