



Cardápio Parcial - Pré-escola / Fundamental I e II - SETEMBRO 2026

	31/08 (Segunda-feira)	01/09 (Terça-feira)	02/09 (Quarta-feira)	03/09 (Quinta-feira)	04/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Mingau de Cacau	Suco de Melancia Pão de forma com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Arroz, feijão Ovos mexidos Salada de acelga com tomate Laranja	Arroz, feijão Carne em cubos com mandioca Refogado de abobrinha e cenoura Melão	Sopa de legumes com frango (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Maçã	Arroz, feijão preto Pernil a vinagrete Virado de couve Laranja	Macarrão ao alho Carne moída com berinjela Salada de feijão fradinho à vinagrete Melancia
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	PERA	BANANA	GOIABA	MEXERICA
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.					

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	537	75	21	17
Fundamental	6 a 10 anos	628	86	26	20
	11 a 14 anos	830	108	32	30

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

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



Cardápio Parcial - Pré-escola / Fundamental I e II - SETEMBRO 2026

	07/09 (Segunda-feira)	08/09 (Terça-feira)	09/09 (Quarta-feira)	10/09 (Quinta-feira)	11/09 (Sexta-feira)	
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	FERIADO (Independência do Brasil)	Leite com cacau Pão de forma integral com margarina	Leite com café Biscoito Cream cracker	Vitamina de banana Maçã	Suco de goiaba Pão de hot dog com manteiga	
REFEIÇÃO (10h/ 15h)		Macarrão ao alho e óleo Frango ao molho Salada de pepino com tomate Maçã	Arroz, feijão Carne com abóbora Salada de beterraba cozida Melão	Arroz, feijão Peixe ao molho Salada sauté Laranja	Arroz, feijão Carne moída com abobrinha Salada de acelga com tomate Melancia	
		LANCHE DA SAÍDA	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	MAÇÃ	PERA	MEXERICA
		*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.				
Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.						

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	521	84	14	11
Fundamental	6 a 10 anos	572	86	20	16
	11 a 14 anos	716	88	24	20

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

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



Cardápio Parcial - Pré-escola / Fundamental I e II - SETEMBRO 2026

	14/09 (Segunda-feira)	15/09 (Terça-feira)	16/09 (Quarta-feira)	17/09 (Quinta-feira)	18/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	iogurte Biscoito maisena	Leite com cacau Pão de hot dog com requeijão	Suco de abacaxi Pão de forma integral com manteiga	Mingau de maisena	Vitamina de banana com maçã Maçã
REFEIÇÃO (10h/15h)	Arroz, feijão Ovos cozidos com salsa e azeite Salada de batata Laranja	Arroz, feijão Carne moída Salada de repolho roxo Melão	Sopa de feijão com legumes e carne (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Maçã	Arroz, feijão preto Pernil com cebola e pimentão Farofa (cenoura, ovos, salsa e cebola) Pera	Macarrão ao sugo Carne em cubos com cenoura Salada de beterraba ralada Melancia
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	MEXERICA	BANANA	GOIABA	PERA
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	558	76	23	18
Fundamental	6 a 10 anos	636	88	26	20
	11 a 14 anos	816	106	35	28

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

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



Cardápio Parcial - Pré-escola / Fundamental I e II - SETEMBRO 2026

	21/09 (Segunda-feira)	22/09 (Terça-feira)	23/09 (Quarta-feira)	24/09 (Quinta-feira)	25/09 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Vitamina de banana Maçã	Leite com café Biscoito rosquinha de coco	Suco individual integral **Bolo	Leite com caccau Pão de forma integral com manteiga	Vitamina de abacate Banana
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho com cenoura Salada de feijão fradinho com tomate Melancia	Arroz, feijão Carne em cubos com mandioca Salada de acelga com cenoura Melão	Arroz, feijão Moqueca de peixe (cebola, tomate, pimentão, coentro) Farofa de banana Maçã	Sopa de legumes com carne (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Banana	Arroz, feijão Isca de frango ao molho Batata sauté Melancia
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	BANANA	MEXERICA	PERA

O Dia Mundial da Banana é celebrado anualmente em **22 de setembro**. A data destaca a importância nutricional e cultural da fruta mais consumida no Brasil.

**** Bolo de banana: nas escolas que não possuem capacidade de forno suficiente para o preparo, será utilizado bolo individual simples.**

*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	538	72	22	18
Fundamental	6 a 10 anos	653	90	26	21
	11 a 14 anos	765	104	31	25

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

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



Cardápio Parcial - Pré-escola / Fundamental I e II - SETEMBRO 2026

	28/09 (Segunda-feira)	29/09 (Terça-feira)	30/09 (Quarta-feira)	01/10 (Quinta-feira)	02/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (7h) LANCHE (13h)	Leite cacau Biscoito maisena	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Vitamina de banana Maçã	Leite com café Pão hot dog com margarina	Vitamina de abacate Banana
REFEIÇÃO (10h/ 15h)	Arroz, feijão Omelete com tomate e cebola Cenoura e batata sauté Laranja	Arroz, feijão Carne moída Salada de batata Maçã	Sopa de legumes com carne (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Banana	Arroz, feijão Carne em cubos com abóbora Salada de escarola com tomate Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho com cenoura Salada de beterraba ralada Melão
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	PERA	CARAMBOLA	MEXERICA	GOIABA
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					
Observação: Para os alunos do período da tarde, o almoço pode ser oferecido às 13h e o lanche às 15h.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	538	72	22	18
Fundamental	6 a 10 anos	653	90	26	21
	11 a 14 anos	765	104	31	25

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

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