



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

	03/08 (Segunda-feira)	04/08 (Terça-feira)	05/08 (Quarta-feira)	06/08 (Quinta-feira)	07/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Suco de manga Biscoito Rosquinha de coco	Mingau de Cacau	Leite com cacau Pão hot dog com margarina	Vitamina de abacate Maçã	Leite com café Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, feijão Ovos mexidos Batata e cenoura sauté Laranja	Arroz, feijão Peixe com batata Refogado de abobrinha e cenoura Melão	Arroz com cenoura Frango desfiado ao molho Salada de repolho roxo Maçã	Arroz, feijão Preto Pernil a vinagrete Virado de couve Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com berinjela Salada de soja com tomate Melancia
LANCHE (13h30)	Iogurte Pão de forma com manteiga	Suco de melancia Pão de forma com Requeijão	Vitamina de banana e maçã Banana	Leite com cacau Biscoito Cream cracker	Suco de abacaxi Cuscuz de Frango
JANTAR (16h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho com beterraba Melancia	Arroz à grega Frango ao molho Salada de batata Maçã	Arroz, feijão Carne em cubos com batata doce Salada de escarola com tomate Melão	Sopa de legumes com carne (mandioca, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Banana	Arroz, feijão Frango com chuchu Salada de acelga Maçã
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	BANANA	GOIABA	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 Parcial	4 e 5 anos	537	75	21	17
Pré Integral	4 e 5 anos	917	143	34	23
Fund. 1 - Parcial	6 a 10 anos	628	86	26	20
Fund. 1 - Integral	6 a 10 anos	1001	153	39	26
Fund. 2 - Parcial	11 a 14 anos	830	108	32	30
Fund. 2 - Integral	11 a 14 anos	1001	153	39	26

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 - AGOSTO 2026

	10/08 (Segunda-feira)	11/08 (Terça-feira)	12/08 (Quarta-feira)	13/08 (Quinta-feira)	14/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Biscoito maisena	Suco de goiaba Pão hot dog com manteiga	Vitamina de banana e maçã Banana	Suco de manga Cuscuz com frango	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão
REFEIÇÃO (11h)	Risoto de frango (milho, cenoura, molho e salsa) Salada de beterraba cozida Maçã	Arroz, feijão Pernil com mandioca Salada de repolho com cenoura Melão	Macarrão ao sugo Carne moída com abobrinha Salada de alface Melancia	Arroz, feijão Frango com chuchu Salada de escarola com tomate Laranja	Arroz, feijão Carne em cubos com abóbora Salada de acelga Banana
LANCHE (13h30)	Suco de uva Pão de hot dog com manteiga	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Leite com café Pão de forma com margarina	Mingau de cacau	Vitamina de abacate Maçã
JANTAR (16h)	Arroz com cenoura, feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de batatata Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura Salada de grão de bico à vinagrete Melancia	Arroz, Feijão Peixe ao molho com batata Salada de pepino com tomate Banana	Sopa de feijão com legumes e carne (batata, cenoura, abobrinha e macarrão de sopa) Maçã	Arroz com brócolis Frango ao molho Salada de repolho com tomate Melão
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	CARAMBOLA	MEXERICA	PERA
*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 Parcial	4 e 5 anos	521	84	14	11
Pré Integral	4 e 5 anos	850	100	15	10
Fund. 1 - Parcial	6 a 10 anos	572	86	20	16
Fund. 1 - Integral	6 a 10 anos	900	105	18	12
Fund. 2 - Parcial	11 a 14 anos	716	88	24	20
Fund. 2 - Integral	11 a 14 anos	900	105	18	12

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 - AGOSTO 2026

	17/08 (Segunda-feira)	18/08 (Terça-feira)	19/08 (Quarta-feira)	20/08 (Quinta-feira)	21/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	iogurte Pão de forma integral com manteiga	Arroz doce com canela	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Café com leite Biscoito Cream cracker	Vitamina de banana Maçã
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, feijão Omelete com tomate e cebola Salada de escarola c/cenoura Laranja	Macarrão ao sugo Carne moída Salada de feijão branco com tomate Melancia	Arroz, feijão Moqueca de peixe (pimentão, cebola, coentro, tomate, molho) Salada de batata Melão	Arroz, feijão Carne em cubos com mandioca Salada de acelga Melancia	Arroz à grega Isca de frango acebolada Creme de milho Banana
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Suco de abacaxi Pão de hot dog com manteiga	Vitamina de acabate Banana	Suco de uva Cuscuz com ovo	Leite com cacau Pão de forma integral com requeijão
JANTAR (16h)	Macarrão ao alho e óleo Frango ao molho Salada de beterraba ralada Melancia	Arroz com cenoura, Feijão Carne em cubos ao molho Salada de repolho Melão	Macarrão ao sugo Carne moída com cenoura e chuchu Salada de escarola tomate Maçã	Sopa de feijão com legumes e frango (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Banana	Arroz, Feijão Preto Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Laranja
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	BANANA	MEXERICA	CARAMBOLA

*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 Parcial	4 e 5 anos	558	76	23	18
Pré Integral	4 e 5 anos	961	144	36	27
Fund. 1 - Parcial	6 a 10 anos	636	88	26	20
Fund. 1 - Integral	6 a 10 anos	1019	151	38	29
Fund. 2 - Parcial	11 a 14 anos	816	106	35	28
Fund. 2 - Integral	11 a 14 anos	1019	151	38	29

Raquel N. R. e 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 - AGOSTO 2026

	24/08 (Segunda-feira)	25/08 (Terça-feira)	26/08 (Quarta-feira)	27/08 (Quinta-feira)	28/08 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Biscoito Rosquinha de coco	Suco de abacaxi Cuscuz com ovo	Suco de melancia Pão de hot dog com requeijão	Vitamina de abacate Maçã	*Suco integral individual *Bolo com cobertura de brigadeiro
REFEIÇÃO (11h)	Macarrão ao sugo Frango desfiado com milho e salsa Salada de tomate Melancia	Arroz, Feijão Carne em cubos com abóbora Salada de pepino com tomate Melão	Arroz com cenoura Carne moída com abobrinha Salada de alface Maçã	Arroz, Feijão preto Pernil ao vinagrete Virado de Couve Laranja	Arroz, Feijão Frango com mandioca Salada de beterraba ralada Maçã
LANCHE (13h30)	Leite com café Pão de forma com manteiga	Arroz doce com canela	Vitamina de banana com mamão Banana	Leite com cacau Biscoito maisena	*Suco integral individual *Bolo com cobertura de brigadeiro
JANTAR (16h)	Arroz com cenoura, feijão Ovos mexidos Salada de batata Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de grão de bico e tomate Maçã	Arroz, Feijão Frango com batata Salada de cenoura ralada Laranja	Sopa de legumes com frango (batata, cenoura, chuchu e macarrão de sopa) Banana	Macarrão ao sugo Carne em cubos desfiada Salada de acelga com tomate Melão
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	BANANA	MEXERICA	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 Parcial	4 e 5 anos	537	75	21	17
Pré Integral	4 e 5 anos	965	146	35	27
Fund. 1 - Parcial	6 a 10 anos	628	86	26	20
Fund. 1 - Integral	6 a 10 anos	1041	153	38	31
Fund. 2 - Parcial	11 a 14 anos	830	108	32	30
Fund. 2 - Integral	11 a 14 anos	1041	153	38	31

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

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