



Cardápio Integral - Pré-escola / Fundamental I e II - OUTUBRO 2026

	05/10 (Segunda-feira)	06/10 (Terça-feira)	07/10 (Quarta-feira)	08/10 (Quinta-feira)	09/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Pão de forma integral com manteiga	Leite com café Pão hot dog com margarina	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, feijão Ovos cozidos com azeite e salsa Salada de beterraba ralada com tomate Laranja	Arroz, feijão Carne em cubos com mandioca Salada de repolho com cenoura Melão	Arroz, feijão Peixe ao molho Salada de alface com tomate Maçã	Arroz, feijão Carne moída ao molho Purê de batata Melancia	Arroz, feijão Estrogonofe de frango Batata e cenoura sauté Brigadeiro de colher
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito Cream cracker	Suco de melancia Cuscuz de frango	Mingau de maisena	Vitamina de mamão com maçã Maçã	Suco de maracujá Bolo de cacau simples/ Pipoca salgada
JANTAR (16h)	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho com abobrinha Salada de feijão fradinho com cenoura Melancia	Sopa de feijão com frango (batata, abóbora, chuchu, macarrão para sopa) Maçã	Arroz Carne em cubos com abóbora Salada de acelga com beterraba Laranja	Macarrão ao sugo Frango desfiado com milho Salada de pepino com tomate Melão	Pão de hot dog com salsicha ao molho e batata palha Suco integral individual
LANCHE DA SAÍDA	GOIABA	MAÇÃ	BANANA	PERA	PIPOCA DOCE
Cardápio Festivo - Dia das Crianças					
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1026	145	44	30
Fundamental	6 a 10 anos	1147	161	47	35

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

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



Cardápio Integral - Pré-escola / Fundamental I e II - OUTUBRO 2026

	12/10 (Segunda-feira)	13/10 (Terça-feira)	14/10 (Quarta-feira)	15/10 (Quinta-feira)	16/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Feriado (Padroeira do Brasil)	Dia do Professor	Leite com café Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de uva Pão de hot dog com margarina
REFEIÇÃO (11h)			Arroz, feijão Ovos mexidos Salada de cenoura ralada com tomate Laranja	Arroz, feijão Frango com abobrinha Salada de alface Melão	Arroz, feijão Pernil à vinagrete quente Farofa (cenoura, ovos, salsa, cebola) Maçã
LANCHE (13h30)			Leite com cacau Biscoito maisena	Mingau de cacau	Leite com cacau Biscoito rosquinha de coco
JANTAR (16h)			Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de feijão branco a vinagrete Maçã	Arroz Carne em cubos com mandioca Salada de escarola com tomate Laranja	Risoto de frango (milho, cenoura, salsa e molho) Salada de beterraba cozida Banana
LANCHE DA SAÍDA			DOCE DE BANANA (sem açúcar)	MAÇÃ	PERA
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1047	152	40	31
Fundamental	6 a 10 anos	1161	170	46	33

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

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



Cardápio Integral - Pré-escola / Fundamental I e II - OUTUBRO 2026

	19/10 (Segunda-feira)	20/10 (Terça-feira)	21/10 (Quarta-feira)	22/10 (Quinta-feira)	23/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Café com leite Pão de forma com manteiga	Leite com cacau Pão de hot dog com manteiga	Suco de abacaxi Pão de forma integral com margarina	Suco de manga Pão de hot dog com manteiga	Leite com cacau Pão de forma com requeijão
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, feijão Omelete com tomate e cebola Salada de batata Laranja	Arroz, feijão Carne moída com cenoura Salada de repolho roxo Melão	Arroz, feijão Frango com abobrinha Salada de soja à vinagrete Maçã	Arroz, feijão Carne em cubos com abóbora Salada de tomate com pepino Melancia	Arroz, feijão Moqueca de peixe (cebola, tomate, pimentão, coentro, molho) Salada de batata Laranja
LANCHE (13h30)	Leite com cacau Biscoito maisena	Mingau de cacau	Vitamina de banana com maçã Banana	Leite com cacau Biscoito cream cracker	Vitamina de abacate Banana
JANTAR (16h)	Macarrão ao sugo Frango desfiado com cenoura Salada de acelga com cenoura Melancia	Sopa de legumes com carne (mandioca, cenoura, chuchu, macarrão para a sopa) Maçã	Arroz com cenoura Carne me cubos com batata doce Salada de acelga com tomate Melão	Macarrão ao alho e óleo Frango ao molho Salada de beterraba cozida Banana	Arroz Pernil com mandioca Salada de alface tomate Maçã
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	PERA	BANANA	GOIABA	CARAMBOLA

Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1012	130	30	22
Fundamental	6 a 10 anos	1112	142	36	28

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

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



Cardápio Integral - Pré-escola / Fundamental I e II - OUTUBRO 2026

	26/10 (Segunda-feira)	27/10 (Terça-feira)	28/10 (Quarta-feira)	29/10 (Quinta-feira)	30/10 (Sexta-feira)
DESJEJUM (08h)	Leite com cacau Pão de forma com manteiga	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão	Leite com cacau Pão hot dog com manteiga	Suco de manga Pão de forma integral com requeijão	Ponto Facultativo (Dia do Servidor)
REFEIÇÃO (11h)	Arroz, feijão Ovos cozidos com azeite e salsa	Arroz, feijão Frango com mandioca	Arroz, feijão preto Pernil com cebola e pimentão	Arroz, feijão Carne moída	
	Batata e cenoura sauté	Salada de acelga com cenoura	Virado de couve	Salada de alface com tomate	
	Laranja	Melancia	Maçã	Banana	
	logurte Biscoito rosquinha de coco	Suco de abacaxi Cuscuz com ovo	Leite com cacau Biscoito maisena	Mingau de aveia	
JANTAR (16h)	Macarrão ao sugo Frango com abobrinha	Arroz Carne em cubos com abóbora	Risoto de frango (abobrinha, cenoura, salsa, molho)	Arroz com cenoura Peixe ao molho	
	Salada de acelga com tomate	Salada de beterraba cozida	Salada de pepino com tomate	Salada de batata	
	Melão	Laranja	Banana	Melancia	
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (sem açúcar)	MEXERICA	PERA	
Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)

Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
Pré Escola	4 e 5 anos	1012	130	30	22
Fundamental	6 a 10 anos	1112	142	36	28

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

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