

SEMANA 1 – CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS 2026



EMEB / EMEF INTEGRAL (6 anos até 14 anos)

PERÍODO PARCIAL / INTEGRAL

HORÁRIO		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
7 h	Entrada Regular	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito doce
8h40 9h30 10h 11h30 12h 15h30	REFEIÇÕES Regular Regular Regular Integral Integral Regular	Arroz com Feijão Carne moída ao molho Salada de repolho Maçã	Arroz com açafrão Feijão Frango em cubos refogados Salada de tomate Maçã	Arroz com feijão Pernil suíno acebolado Salada de beterraba cozida Banana	Arroz com Feijão Estrogonofe de frango Salada de Alface Maçã	Macarronada ao molho de carne bovina desfiada, milho verde e cenoura Suco

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		VALOR CALÓRICO kcal	CARBOIDRATO g	PROTEÍNAS g	LIPÍDEOS g
	Café + Refeição	817	127	30	21
	Refeição	453	76	17	9
	Integral Tarde	1217	196	43	28

Cardápio sujeito à alterações somente pelas nutricionistas.



Maria Claudia Sinico
Maria Claudia Sinico
Nutricionista
CRN3 16177

Ana Carolina de O. Ribeiro
Ana Carolina de Oliveira Ribeiro
Presidente CAE
CPF: 359.704.938-99

SEMANA 2 – CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS 2026



EMEB / EMEF INTEGRAL (6 anos até 14 anos)



PERÍODO PARCIAL / INTEGRAL

HORÁRIO		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
7 h	Entrada Regular	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite com chocolate Biscoito salgado	iogurte Biscoito doce	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito doce
8h40 9h30 10h 11h30 12h 15h30	REFEIÇÕES Regular Regular Regular Integral Integral Regular	Arroz com feijão Pernil suíno acebolado Repolho com cenoura refogados Maçã	Arroz com açafrão Feijão Carne bovina em cubos Vinagrete (tomate, cebola e óregano) Maçã	Arroz com feijão Frango em cubos refogados Salada de beterraba cozida Banana / Iogurte (16:30 h)	Arroz com feijão Carne Moída com Batatas Salada de Alface Maçã	Polenta com frango desfiado ao molho de tomate e cenoura Suco

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		VALOR CALÓRICO kcal	CARBOIDRATO g	PROTEÍNAS g	LIPÍDEOS g
	Café + Refeição	825	129	30	21
	Refeição	461	78	17	9
	Integral Tarde	1212	197	43	27

Cardápio sujeito à alterações somente pelas nutricionistas.



Maria Claudia Sinico
 Maria Claudia Sinico
 Nutricionista
 CRN3 16177

Ana Carolina de O. Ribeiro
 Ana Carolina de Oliveira Ribeiro
 Presidente CAE
 CPF: 359.704.938-99

SEMANA 3 – CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS 2026



EMEB / EMEF INTEGRAL (6 anos até 14 anos) □

PERÍODO PARCIAL / INTEGRAL

HORÁRIO		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
7 h	Entrada Regular	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito doce
8h40 9h30 10h 11h30 12h 15h30	REFEIÇÕES Regular Regular Regular Integral Integral Regular	Arroz com feijão Carne moída com batatas Salada de pepino Maçã	Arroz com feijão Frango em cubos refogados com cenouras e tomates Salada de repolho Maçã	Arroz com feijão Pernil suíno acebolado Salada de beterraba cozida Banana	Arroz com feijão Carne moída refogada Salada de alface Maçã	Sopa de macarrão com feijão, batata, cenoura, chuchu e carne bovina em cubos Suco

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	VALOR CALÓRICO kcal	CARBOIDRATO g	PROTEÍNAS g	LIPÍDEOS g	
	Café + Refeição	832	130	33	20
	Refeição	477	79	20	9
	Integral Tarde	1241	199	46	28

Cardápio sujeito à alterações somente pelas nutricionistas.



Maria Claudia Sinico
Maria Claudia Sinico
Nutricionista
CRN3 16177

Ana Carolina de Oliveira Ribeiro
Ana Carolina de Oliveira Ribeiro
Presidente CAE
CPF: 359.704.938-99

SEMANA 4 – CARDÁPIO DAS ESCOLAS MUNICIPAIS 2026



EMEB / EMEF INTEGRAL (6 anos até 14 anos):



PERÍODO PARCIAL / INTEGRAL

HORÁRIO		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
7h	Entrada Regular	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito doce	Leite com chocolate Biscoito salgado	Leite com chocolate Biscoito doce
8h40 9h30 10h 11h30 12h 15h30	REFEIÇÕES Regular Regular Regular Integral Integral Regular	Arroz com feijão Pernil suíno acebolado Vinagrete (tomate, cebola e óregano) Maçã	Arroz com açafrão feijão Carne bovina com batatas Salada de repolho Maçã	Arroz com feijão Frango em cubos refogado Salada de alface Banana	Arroz com feijão Carne moída refogada Salada de acelga Maçã	Risoto de frango desfiado com cenoura e milho verde Suco

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		VALOR CALÓRICO kcal	CARBOIDRATO g	PROTEÍNAS g	LIPÍDEOS g
	Café + Refeição	825	129	30	21
	Refeição	461	78	17	9
	Integral Tarde	1212	197	43	27

Cardápio sujeito à alterações somente pelas nutricionistas.



Maria Claudia Sinico
Maria Claudia Sinico
Nutricionista
CRN3 16177

Ana Carolina de Oliveira Ribeiro
Ana Carolina de Oliveira Ribeiro
Presidente CAE
CPF: 359.704.938-99