

CARDÁPIO SISTEMA HÍBRIDO

Agosto / 2026

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO



SEMANA 1	SEGUNDA-FEIRA 03/08/2026	TERÇA-FEIRA 04/08/2026	QUARTA-FEIRA 05/08/2026	QUINTA-FEIRA 06/08/2026	SEXTA-FEIRA 07/08/2026
CAFÉ DA MANHÃ Às 6h50	5 unidades biscoito tipo maisena 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade de pão tipo hot dog (25g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade de pão tipo hot dog (25g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)
LANCHE DA MANHÃ (INTEGRAL) Às 9h15	1 Barra de Frutas	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 Barra de Frutas
LANCHE I (PARCIAL) A partir de 9h25	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 80g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (25g), 15g de carne moída bovina e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	80g arroz com carne bovina em cubos e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne bovina em cubos e 10g cenoura) 1 unidade média de banana (110g)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g cenoura, 10g de milho e 20g frango em cubos) 50g de feijão carioca
ALMOÇO (INTEGRAL) Às 11h20	50g de carne moída (50g de carne moída bovina) 50g de macarrão ao sugo 40g de macarrão parafuso cozido e 10g molho de tomate) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de repolho com cenoura (20g de repolho e 10g de cenoura crua, ralados e temperados)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 80g de arroz branco 30g de salada de couve (30g de couve refogada, al dente)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 20g de salada de tomate (20g de tomate picado e temperado)	60g de carne bovina em cubos com batata (30g de carne bovina em cubos com 30g de batata) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 20g de salada de brócolis (20g de brócolis picado e temperado)	55g de frango com cenoura, milho e cebola (25g de frango em cubos, 10g de cenoura, 15g de milho e 5g de cebola) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 20g de beterraba (20g de beterraba cozida e temperada)
LANCHE I (PARCIAL) Das 12h50 às 13h	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco
LANCHE DA TARDE (INTEGRAL) Às 14h	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 5 unidades biscoito tipo maisena	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120)+açúcar (3g) 1 unidade média de banana (110g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (25g), 15g de carne moída bovina e 20g molho de tomate)	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120)+açúcar (3g) 1 fatia média de mamão (180g)	200ml de vitamina de banana e maçã (200ml de leite integral + ½ unidade de banana + 1/2 unidade de maçã) 1 fatia média de mamão (180g)
LANCHE II (PARCIAL) A partir de 15h15	140g macarrão com carne moída (90g de macarrão parafuso cozido com 30g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 70g de arroz branco	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída bovina e 20g molho de tomate)	80g arroz com carne bovina em cubos e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne bovina em cubos e 10g cenoura)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 60g de feijão carioca

Documento assinado digitalmente

CLEUNICE RAMOS DOMINGOS BERNARDES

Data: 29/07/2026 10:10:49-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



CARDÁPIO SISTEMA HÍBRIDO

Agosto / 2026

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO



SEMANA 2	SEGUNDA-FEIRA 10/08/2026	TERÇA-FEIRA 11/08/2026	QUARTA-FEIRA 12/08/2026	QUINTA-FEIRA 13/08/2026	SEXTA-FEIRA 14/08/2026
CAFÉ DA MANHÃ Às 6h50	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade de pão tipo hot dog (25g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade de pão tipo hot dog (25g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)
LANCHE DA MANHÃ (INTEGRAL) Às 9h15	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120) + açúcar (3g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	1 Barra de Frutas
LANCHE I (PARCIAL) A partir de 9h25	80g arroz com carne moída bovina e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída bovina e 10g cenoura) Brocolis (15g) + Batata (15g) + Cenoura (15g)	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 80g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g cenoura, 10g de milho e 20g frango em cubos) 1 unidade média de maçã (115g)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 80g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura) 50g de feijão carioca
ALMOÇO (INTEGRAL) Às 11h20	50g de carne moída com batata (40g de carne moída bovina com 10g de batata) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de repolho (30g de repolho picado e temperado)	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 80g de arroz branco	55g de frango com cenoura, milho e cebola (25g de frango em cubos, 10g de cenoura, 15g de milho e 5g de cebola) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de chicória (30g de chicória picada e temperada)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 20g de beterraba (20g de beterraba cozida e temperada)	60g de carne suína em cubos com mandioca 30g de carne suína em cubos com 30g de mandioca 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de acelga com tomate (20g de acelga e 10g de tomate, picados e temperados)
LANCHE I (PARCIAL) Das 12h50 às 13h	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	5 unidades biscoito tipo maisena
LANCHE DA TARDE (INTEGRAL) Às 14h	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120) + açúcar (3g) 5 unidades biscoito tipo maisena	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120) + açúcar (3g) 1 unidade média de banana (110g)	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120) + açúcar (3g) 5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco 1 fatia média de melancia (200g)	200ml de vitamina de banana e maçã (200ml de leite integral + ½ unidade de banana + 1/2 unidade de maçã) 1 unidade média de maçã (115g)	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120) + açúcar (3g) 1 fatia média de mamão (180g)
LANCHE II (PARCIAL) A partir de 15h15	95g arroz com carne moída bovina e cenoura (60g arroz branco com 30g de carne moída bovina e 5g cenoura) Brocolis (15g) + Batata (15g) + Cenoura (15g)	50g estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 70g de arroz branco	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura, 10g de milho e 25g frango em cubos) 1 unidade média de maçã (115g)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 70g de arroz branco	80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura) 60g de feijão carioca



CARDÁPIO SISTEMA HÍBRIDO

Agosto / 2026

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO



SEMANA 3	SEGUNDA-FEIRA 17/08/2026	TERÇA-FEIRA 18/08/2026	QUARTA-FEIRA 19/08/2026	QUINTA-FEIRA 20/08/2026	SEXTA-FEIRA 21/08/2026
CAFÉ DA MANHÃ Às 6h50	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de 1 unidade média de maçã (115g)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de 1 Barra de Frutas	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de 1 unidade média de banana (110g)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120)+açúcar (3g)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de 1 fatia média de melancia (200g)
LANCHE DA MANHÃ (INTEGRAL) Às 9h15	1 unidade média de maçã (115g)	1 Barra de Frutas	1 unidade média de banana (110g)	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120)+açúcar (3g)	1 fatia média de melancia (200g)
LANCHE I (PARCIAL) A partir de 9h25	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)	80g arroz com carne bovina em cubos e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne bovina em cubos e 10g cenoura) 50g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (25g), 15g de carne moída bovina e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 80g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 80g de arroz branco
ALMOÇO (INTEGRAL) Às 11h20	50g de carne moída (50g de carne moída bovina) 50g de macarrão ao sugo 40g de macarrão parafuso cozido e 10g molho de tomate) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 20g de beterraba (20g de beterraba cozida e temperada)	60g de carne bovina em cubos com mandioca 30g de carne bovina em cubos com 30g de mandioca) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de repolho (30g de repolho picado e temperado)	55g de frango com cenoura, milho e cebola (25g de frango em cubos, 10g de cenoura, 15g de milho e 5g de cebola) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de alface (30g de alface picada e temperada)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 80g de arroz branco 30g de salada de couve (30g de couve refogada, al dente)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de brócolis com tomate (20g de brócolis e 10g de tomate, picados e temperados)
LANCHE I (PARCIAL) Das 12h50 às 13h	20 gramas Biscoito de polvilho	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco
LANCHE DA TARDE (INTEGRAL) Às 14h	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 20 gramas Biscoito de polvilho	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120)+açúcar (3g) 1 unidade média de banana (110g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (25g), 15g de carne moída bovina e 20g 1 unidade média de maçã (115g)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 20 gramas Biscoito de polvilho 1 fatia média de melancia (200g)	5 unidades biscoito tipo cream cracker 1 fatia média de mamão (180g)
LANCHE II (PARCIAL) A partir de 15h15	140g macarrão com carne moída (90g de macarrão parafuso cozido com 30g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho	80g arroz com carne bovina em cubos e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne bovina em cubos e 10g 60g de feijão carioca	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída bovina e 20g molho de tomate)	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 70g de arroz branco	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de 70g de arroz branco



CARDÁPIO SISTEMA HÍBRIDO

Agosto / 2026

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO



SEMANA 4	SEGUNDA-FEIRA 24/08/2026	TERÇA-FEIRA 25/08/2026	QUARTA-FEIRA 26/08/2026	QUINTA-FEIRA 27/08/2026	SEXTA-FEIRA 28/08/2026
CAFÉ DA MANHÃ Às 6h50	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade de pão tipo hot dog (25g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade de pão tipo hot dog (25g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	1 unidade média de banana (110g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)
LANCHE DA MANHÃ (INTEGRAL) Às 9h15	1 Barra de Frutas	1 unidade média de banana (110g)	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120)+açúcar (3g)	1 unidade média de maçã (115g)	1 Barra de Frutas
LANCHE I (PARCIAL) A partir de 9h25	80g arroz com carne bovina em cubos e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne bovina em cubos e 10g cenoura) 50g de feijão carioca	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 80g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g cenoura , 10g de milho e 20g frango em cubos) 80g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	80g arroz com carne moída bovina e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída bovina e 10g cenoura) 50g de feijão carioca
ALMOÇO (INTEGRAL) Às 11h20	60g de carne bovina em cubos com mandioca 30g de carne bovina em cubos com 30g de mandioca) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de repolho (30g de repolho picado e temperado)	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 80g de arroz branco	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de brócolis com tomate (20g de brócolis e 10g de tomate, picados e temperados)	55g de frango com cenoura, milho e cebola (25g de frango em cubos, 10g de cenoura, 15g de milho e 5g de cebola) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de alface (30g de alface picada e temperada)	50g de carne moída com batata (40g de carne moída bovina com 10g de batata) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 20g de beterraba (20g de beterraba cozida e temperada)
LANCHE I (PARCIAL) Das 12h50 às 13h	5 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco
LANCHE DA TARDE (INTEGRAL) Às 14h	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120)+açúcar (3g) 1 unidade média de banana (110g)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 5 unidades biscoito tipo maisena 1 unidade média de maçã (115g)	200ml de vitamina de banana e maçã (200ml de leite integral + ½ unidade de banana + 1/2 unidade de maçã) 1 fatia média de melancia (200g)	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120)+açúcar (3g) 1 fatia média de mamão (180g)
LANCHE II (PARCIAL) A partir de 15h15	80g arroz com carne bovina em cubos e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne bovina em cubos e 10g cenoura) 60g de feijão carioca	50g estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 70g de arroz branco	140g macarrão com carne moída (90g de macarrão parafuso cozido com 30g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura , 10g de milho e 25g frango em cubos) 70g de arroz branco	95g arroz com carne moída bovina e cenoura (60g arroz branco com 30g de carne moída bovina e 5g cenoura)



CARDÁPIO SISTEMA HÍBRIDO

Agosto / 2026

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO



SEMANA 5	SEGUNDA-FEIRA 31/08/2026	TERÇA-FEIRA 01/09/2026	QUARTA-FEIRA 02/09/2026	QUINTA-FEIRA 03/09/2026	SEXTA-FEIRA 04/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ Às 6h50	5 unidades biscoito tipo cream cracker	1 unidade de pão tipo hot dog (25g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade de pão tipo hot dog (25g)	1 unidade média de banana (110g)
	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)
LANCHE DA MANHÃ (INTEGRAL) Às 9h15	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120) + açúcar (3g)	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	1 Barra de Frutas	1 fatia média de melancia (200g)
LANCHE I (PARCIAL) A partir de 9h25	80g macarrão com carne moída (50g de macarrão parafuso cozido com 15g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 80g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	80g arroz com carne moída bovina e cenoura (50g arroz branco com 20g de carne moída bovina e 10g cenoura) 1 unidade média de maçã (115g)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 80g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g cenoura, 10g de milho e 20g frango em cubos)
ALMOÇO (INTEGRAL) Às 11h20	50g de carne moída (50g de carne moída bovina) 50g de macarrão ao sugo 40g de macarrão parafuso cozido e 10g molho de tomate) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de repolho com cenoura (20g de repolho e 10g de cenoura crua, ralados e temperados)	50g de purê de batata com carne moída (30g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 20g de beterraba (20g de beterraba cozida e temperada)	60g de carne bovina em cubos com batata (30g de carne bovina em cubos com 30g de batata) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 20g de salada de brócolis (20g de brócolis picado e temperado)	60g de carne bovina em cubos com batata (30g de carne bovina em cubos com 30g de batata) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 20g de salada de brócolis (20g de brócolis picado e temperado)	55g de frango com cenoura, milho e cebola (25g de frango em cubos, 10g de cenoura, 15g de milho e 5g de cebola) 80g de arroz branco 50g de feijão carioca 30g de salada de brócolis com tomate (20g de brócolis e 10g de tomate, picados e temperados)
LANCHE I (PARCIAL) Das 12h50 às 13h	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	1 unidade média de banana (110g)	1 unidade média de maçã (115g)	1 unidade média de banana (110g)	5 unidades biscoito tipo maisena
LANCHE DA TARDE (INTEGRAL) Às 14h	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 5 unidades biscoito tipo maisena	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120) + açúcar (3g) 1 unidade média de banana (110g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (25g), 15g de carne moída bovina e 20g)	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120) + açúcar (3g) 1 unidade média de maçã (115g)	200ml de vitamina de banana e maçã (200ml de leite integral + ½ unidade de banana + 1/2 unidade de maçã) 1 fatia média de mamão (180g)
LANCHE II (PARCIAL) A partir de 15h15	140g macarrão com carne moída (90g de macarrão parafuso cozido com 30g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 70g de arroz branco	95g arroz com carne moída bovina e cenoura (60g arroz branco com 30g de carne moída bovina e 5g cenoura)	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 70g de arroz branco	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10g de milho e 25g frango em cubos)

**COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL
(MÉDIA SEMANAL)**



MANHÃ

SEMANA	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (55 a 65 % do VET)		PROTEÍNAS (10 a 15 % do VET)		LIPÍDIOS (25 a 35 % do VET)		SÓDIO (mg)
Semana 1	577,42 kcal	101,71 g	70,46 %	19,28 g	13,36 %	10,62 g	16,55 %	668,04 mg
Semana 2	570,54 kcal	96,51 g	67,66 %	18,85 g	13,22 %	12,19 g	19,23 %	762,95 mg
Semana 3	552,28 kcal	96,11 g	69,61 %	17,96 g	13,01 %	10,92 g	17,80 %	761,97 mg
Semana 4	654,97 kcal	111,49 g	68,09 %	21,92 g	13,38 %	12,46 g	17,12 %	774,55 mg
Semana 5	583,29 kcal	101,57 g	69,65 %	18,99 g	13,02 %	10,52 g	16,23 %	627,80 mg

TARDE

SEMANA	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (55 a 65 % do VET)		PROTEÍNAS (10 a 15 % do VET)		LIPÍDIOS (25 a 35 % do VET)		SÓDIO (mg)
Semana 1	428,22 kcal	68,37 g	63,86 %	16,92 g	15,80 %	9,06 g	19,05 %	622,50 mg
Semana 2	439,59 kcal	68,88 g	62,67 %	17,40 g	15,83 %	9,85 g	20,16 %	731,58 mg
Semana 3	405,76 kcal	64,51 g	63,60 %	16,03 g	15,80 %	8,66 g	19,20 %	720,71 mg
Semana 4	513,15 kcal	81,20 g	63,29 %	20,23 g	15,77 %	10,10 g	17,71 %	744,76 mg
Semana 5	433,97 kcal	68,92 g	63,53 %	16,63 g	15,33 %	8,35 g	17,32 %	526,70 mg

INTEGRAL

SEMANA	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (55 a 65 % do VET)		PROTEÍNAS (10 a 15 % do VET)		LIPÍDIOS (25 a 35 % do VET)		SÓDIO (mg)
Semana 1	1125,44 kcal	146,45 g	52,05 %	24,87 g	8,84 %	19,05 g	15,24 %	1418,52 mg
Semana 2	1177,01 kcal	156,81 g	53,29 %	24,29 g	8,25 %	20,95 g	16,02 %	1522,10 mg
Semana 3	1173,17 kcal	136,44 g	46,52 %	25,69 g	8,76 %	22,68 g	17,40 %	1500,29 mg
Semana 4	1203,65 kcal	147,18 g	48,91 %	25,51 g	8,48 %	22,20 g	16,60 %	1489,35 mg
Semana 5	1151,82 kcal	149,27 g	51,84 %	28,01 g	9,73 %	20,85 g	16,29 %	1680,43 mg



Observação: O cardápio está sujeito a alterações conforme a pontualidade na entrega por nossos fornecedores, sazonalidade de frutas e

Denúncias, reclamações e elogios – cae@franca.sp.gov.br