

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL MUNICÍPIO



4 a 5 anos

Agosto / 2026

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 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)	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 francês (25g) com 5g de margarina 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 chocolate 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	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
ALMOÇO 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 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)	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 DA TARDE 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) 1 unidade média de maçã (115g)	Cereal matinal, milho (15 g) + leite adoçado (120)+açúcar (3g) 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 fatia média de mamão (180g)

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

Fica autorizado a troca de frutas e hortaliças pelos merendeiros conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa. Demais trocas só poderão ocorrer com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL MUNICÍPIO



4 a 5 anos

Agosto / 2026

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 cream cracker 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 francês (25g) com 5g de margarina 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 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)	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)
LANCHE DA MANHÃ	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
ALMOÇO 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 30g de salada de chicória (30g de chicória picada e temperada)	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 DA TARDE 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)	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 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)

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

Fica autorizado a troca de frutas e hortaliças pelos merendeiros conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa. Demais trocas só poderão ocorrer com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição

CARDÁPIO

PERÍODO INTEGRAL MUNICÍPIO



4 a 5 anos

Agosto / 2026

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 cacau em pó + 3g de açúcar) 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) 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 francês (25g) com 5g de margarina	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
LANCHE DA MANHÃ	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)
ALMOÇO 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 DA TARDE 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 cream cracker	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 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 mamão (180g)

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

Fica autorizado a troca de frutas e hortaliças pelos merendeiros conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa. Demais trocas só poderão ocorrer com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição

CARDÁPIO

PERÍODO INTEGRAL MUNICÍPIO



4 a 5 anos

Agosto / 2026

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 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 francês (25g) com 5g de margarina 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 cream cracker 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)	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)
LANCHE DA MANHÃ	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
ALMOÇO 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 DA TARDE 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 melão (120g)

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

Fica autorizado a troca de frutas e hortaliças pelos merendeiros conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa. Demais trocas só poderão ocorrer com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição

CARDÁPIO

PERÍODO INTEGRAL MUNICÍPIO



4 a 5 anos

Agosto / 2026

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 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)	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 francês (25g) com 5g de margarina 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 chocolate 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	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)
ALMOÇO 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 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)	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 30g de salada de alface (30g de alface picada e temperada)	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 DA TARDE 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 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)

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

Fica autorizado a troca de frutas e hortaliças pelos merendeiros conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa. Demais trocas só poderão ocorrer com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

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	872,43 kcal	134,56	g 61,69 %	31,48	g 14,43 %	23,79	g 24,54 %	1493,51 mg
Semana 2	900,46 kcal	136,31	g 60,55 %	30,92	g 13,74 %	25,41	g 25,40 %	1598,51 mg
Semana 3	863,44 kcal	129,61	g 60,04 %	30,33	g 14,05 %	25,39	g 26,47 %	1573,87 mg
Semana 4	911,99 kcal	129,97	g 57,01 %	31,81	g 13,95 %	26,35	g 26,01 %	1611,26 mg
Semana 5	899,00 kcal	131,15	g 58,35 %	31,96	g 14,22 %	24,05	g 24,08 %	1522,48 mg