

CARDÁPIO

PERÍODO PARCIAL NOTURNO

19 a 60 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
NOITE	LANCHE I A partir de 20h45	225g de macarrão com carne moída (120g de macarrão parafuso cozido com 40g de carne moída, 20g cenoura ralada e 45g molho de tomate)	145g de Feijão Campeiro (100g de feijão preto com 45 g de suíno em cubos) 1 unidade média de banana (110g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída bovina e 20g molho de tomate)	105g de purê de batata com carne moída (70g de purê de batata com 20g de carne moída e 15g de molho de tomate) 1 unidade média de banana (110g)	195g de galinhada (120g arroz branco com 10g cenoura ,15g de milho e 50g frango em cubos)
				1 unidade média de maçã (115g)		

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 PARCIAL



19 a 60 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
NOITE	LANCHE I A partir de 20h45	105g de purê de batata com carne moída (70g de purê de batata com 20g de carne moída e 15g de molho de tomate) 180g de arroz branco	195g de galinhada (120g arroz branco com 10g cenoura, 15g de milho e 50g frango em cubos) 100g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	195g arroz com carne moída bovina e cenoura (130g arroz branco com 45g de carne moída bovina e 20g cenoura) Brócolis (30g) + Batata(30g) + Cenoura(30g)	265g estrogonofe de frango (110g de frango em cubos com 125g de molho bechamel e 25g de extrato de tomate) 180g de arroz branco	195g arroz com carne suína em cubos (130g arroz branco com 45g de carne suína em cubos e 20g cenoura) 100g de feijão carioca

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 PARCIAL



19 a 60 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
NOITE	LANCHE I A partir de 20h45	225g macarrão com frango moído (120g de macarrão parafuso cozido com 40g de frango moído, 20g cenoura ralada e 45g molho de tomate)	145g de Feijão Campeiro (100g de feijão preto com 45 g de suíno em cubos) 180g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída bovina e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	195g de galinhada (120g arroz branco com 10g cenoura, 15g de milho e 50g frango em cubos) 100g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	105g de purê de batata com carne moída (70g de purê de batata com 20g de carne moída e 15g de molho de tomate) 180g de arroz branco

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 PARCIAL



19 a 60 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
NOITE	LANCHE I A partir de 20h45	195g arroz com carne moída bovina e cenoura (130g arroz branco com 45g de carne moída bovina e 20g cenoura) 100g de feijão carioca	265g estrogonofe de frango (110g de frango em cubos com 125g de molho bechamel e 25g de extrato de tomate) 180g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	195g arroz com carne suína em cubos (130g arroz branco com 45g de carne suína em cubos e 20g cenoura) 100g de feijão carioca 1 unidade média de maçã (115g)	195g de galinhada (120g arroz branco com 10g cenoura, 15g de milho e 50g frango em cubos) 1 unidade média de banana (110g)	105g de purê de batata com carne moída (70g de purê de batata com 20g de carne moída e 15g de molho de tomate) 180g de arroz branco

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 PARCIAL



19 a 60 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
NOITE	LANCHE I A partir de 20h45	Brócolis (30g) +Batata(30g)+ Cenoura(30g) vagem(5g) "65g de arroz com cenoura (60g de arroz branco "	145g de Feijão Campeiro (100g de feijão preto com 45 g de suíno em cubos) 180g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída bovina e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	195g de galinhada (120g arroz branco com 10g cenoura ,15g de milho e 50g frango em cubos) 100g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	225g de macarrão com carne moída (120g de macarrão parafuso cozido com 40g de carne moída, 20g cenoura ralada e 45g molho de tomate)

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)**

NOITE								
SEMANA	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (55 a 65 % do VET)		PROTEÍNAS (13 a 15 % do VET)		LIPÍDIOS (25 a 35 % do VET)		SÓDIO (mg)
Semana 1	610,74 kcal	98,61 g	83,96 %	28,76 g	24,49 %	9,80 g	18,78 %	785,91 mg
Semana 2	595,06 kcal	79,65 g	69,61 %	34,35 g	30,02 %	12,86 g	25,29 %	842,60 mg
Semana 3	603,69 kcal	98,61 g	84,94 %	30,87 g	26,59 %	9,81 g	19,01 %	790,51 mg
Semana 4	785,10 kcal	117,67 g	77,93 %	36,82 g	24,39 %	16,80 g	25,04 %	930,15 mg
Semana 5	507,91 kcal	85,14 g	87,16 %	22,26 g	22,79 %	7,53 g	17,34 %	552,95 mg

PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA