

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



6 a 10 anos

Setembro / 2026

SEMANA 1		SEGUNDA-FEIRA 07/09/2026	TERÇA-FEIRA 08/09/2026	QUARTA-FEIRA 09/09/2026	QUINTA-FEIRA 10/09/2026	SEXTA-FEIRA 11/09/2026
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	Comemoração Cívico Obrigatória	200ml de iogurte 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) 5 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte 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
	LANCHE I A partir de 9h25	Comemoração Cívico Obrigatória	110g de Arroz Primavera (50g arroz branco com 25g de carne suína flocada, 10g de cenoura, 8g de brócolis, 8g de vagem e) 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 1 unidade média de maçã (115g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 1 unidade média de banana (110g)	60g de Carne formatada (almondegas bovinas) 65g de macarrão ao sugo (50g de macarrão parafuso cozido e 15g molho de tomate)
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00		200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco
	LANCHE II A partir de 15h15	Comemoração Cívico Obrigatória	110g de Arroz Primavera (50g arroz branco com 25g de carne suína flocada, 10g de cenoura, 8g de brócolis, 8g de vagem e) 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 1 unidade média de maçã (115g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 1 unidade média de banana (110g)	60g de Carne formatada (almondegas bovinas) 65g de macarrão ao sugo (50g de macarrão parafuso cozido e 15g 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.

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



6 a 10 anos

Setembro / 2026

SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA 14/09/2026	TERÇA-FEIRA 15/09/2026	QUARTA-FEIRA 16/09/2026	QUINTA-FEIRA 17/09/2026	SEXTA-FEIRA 18/09/2026
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 200ml de iogurte	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 200ml de iogurte	25 gramas Biscoito de polvilho 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) 200ml de iogurte
	LANCHE I A partir de 9h25	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 60g de feijão carioca	Tilápia (57 g)+ Extrato de tomates(15g) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Pão com Frango moído (1 unidade de pão francês (50g), 35g de frango moído e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	60g de Carne formatada (almondegas bovinas) 65g de macarrão ao sugo (50g de macarrão parafuso cozido e 15g molho de tomate)
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	200ml de iogurte	25 gramas Biscoito de polvilho	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 60g de feijão carioca	Tilápia (57 g)+ Extrato de tomates(15g) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Pão com Frango moído (1 unidade de pão francês (50g), 35g de frango moído e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	60g de Carne formatada (almondegas bovinas) 65g de macarrão ao sugo (50g de macarrão parafuso cozido e 15g 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.

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



6 a 10 anos

Setembro / 2026

SEMANA 3		SEGUNDA-FEIRA 21/09/2026	TERÇA-FEIRA 22/09/2026	QUARTA-FEIRA 23/09/2026	QUINTA-FEIRA 24/09/2026	SEXTA-FEIRA 25/09/2026
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	200ml de iogurte 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 média de banana (110g)	200ml de iogurte 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) 5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	200ml de iogurte 1 unidade média de banana (110g)
	LANCHE I A partir de 9h25	70g de Feijão Campones (40g de feijão carioca com 30 g de suíno em cubos) 70g de arroz branco	50g estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	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 1 unidade média de maçã (115g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 60g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura) Brocolis (15g) +Batata(15g)+ Cenoura(15g)
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	70g de Feijão Campones (40g de feijão carioca com 30 g de suíno em cubos) 70g de arroz branco	50g estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	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 1 unidade média de maçã (115g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 60g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	80g arroz com carne suína em cubos (50g arroz branco com 20g de carne suína em cubos e 10g cenoura) Brocolis (15g) +Batata(15g)+ Cenoura(15g)

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



6 a 10 anos

Setembro / 2026

SEMANA 4		SEGUNDA-FEIRA 28/09/2026	TERÇA-FEIRA 29/09/2026	QUARTA-FEIRA 30/09/2026	QUINTA-FEIRA 01/10/2026	SEXTA-FEIRA 02/10/2026
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	5 unidades biscoito tipo cream cracker 200ml de iogurte	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 200ml de iogurte	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 média de banana (110g) 200ml de iogurte
	LANCHE I A partir de 9h25	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos)	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Pão com Frango moído (1 unidade de pão francês (50g), 35g de frango moído e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	95g arroz com carne moída bovina e cenoura (60g arroz branco com 30g de carne moída bovina e 5g cenoura) 60g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	Escondidinho de tilápia-60g de purê de batata com tilápia ao molho (40g de purê de batata com 15g de tilápia ao molho e 5g de molho de tomate) 70g de arroz branco
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos)	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 70g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Pão com Frango moído (1 unidade de pão francês (50g), 35g de frango moído e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	95g arroz com carne moída bovina e cenoura (60g arroz branco com 30g de carne moída bovina e 5g cenoura) 60g de feijão carioca 1 unidade média de banana (110g)	Escondidinho de tilápia-60g de purê de batata com tilápia ao molho (40g de purê de batata com 15g de tilápia ao molho e 5g de molho de tomate) 70g 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.

**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	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA										
Semana 2	647,85 kcal	105,41 g	65,09 %	26,57 g	16,41 %	16,46 g	22,87 %	729,80 mg			
Semana 3	686,02 kcal	108,34 g	63,17 %	24,44 g	14,25 %	18,51 g	24,28 %	951,30 mg			
Semana 4	644,20 kcal	102,62 g	63,72 %	22,85 g	14,19 %	16,22 g	22,67 %	842,92 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	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA								
Semana 2	522,75 kcal	83,32 g	63,75 %	19,64 g	15,03 %	13,30 g	22,90 %	676,45 mg	
Semana 3	558,99 kcal	86,13 g	61,63 %	21,33 g	15,26 %	15,02 g	24,18 %	904,24 mg	
Semana 4	521,93 kcal	81,16 g	62,20 %	19,09 g	14,63 %	13,18 g	22,74 %	743,08 mg	