

CARDÁPIO PERÍODO PARCIAL



6 a 10 anos

Outubro / 2026

SEMANA 1		SEGUNDA-FEIRA 05/10/2026	TERÇA-FEIRA 06/10/2026	QUARTA-FEIRA 07/10/2026	QUINTA-FEIRA 08/10/2026	SEXTA-FEIRA 09/10/2026
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	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 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) 25 gramas Biscoito de polvilho	200ml de iogurte 1 unidade média de banana (110g)
	LANCHE I A partir de 9h25	60g de Carne formatada (almondegas bovinas) 65g de macarrão ao sugo (50g de macarrão parafuso cozido e 15g molho de tomate)	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)	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 1 unidade média de maçã (115g)	50g de salsicha de frango(1 unidade) com molho de tomate , pão tipo hot-dog 50g e purê de batata 35g 1 unidade média de banana (110g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 25g de milho de pipoca
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte	25 gramas Biscoito de polvilho	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	60g de Carne formatada (almondegas bovinas) 65g de macarrão ao sugo (50g de macarrão parafuso cozido e 15g molho de tomate)	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)	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 1 unidade média de maçã (115g)	50g de salsicha de frango(1 unidade) com molho de tomate , pão tipo hot-dog 50g e purê de batata 35g 1 unidade média de banana (110g)	95g de galinhada (50g arroz branco com 10g cenoura 10,g de milho e 25g frango em cubos) 25g de milho de pipoca

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

Outubro / 2026

SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA 12/10/2026	TERÇA-FEIRA 13/10/2026	QUARTA-FEIRA 14/10/2026	QUINTA-FEIRA 15/10/2026	SEXTA-FEIRA 16/10/2026
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10		5 unidades biscoito tipo maisena 200 ml de leite aromatizado com cacau	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco 200ml de iogurte		5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 200ml de iogurte
	LANCHE I A partir de 9h25	FERIADO	Tilápia (57 g)+ Molho rosê (40g) 70g de arroz branco	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 70g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)		140g macarrão com carne moída (90g de macarrão parafuso cozido com 30g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00		5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	200ml de iogurte		200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	FERIADO	Tilápia (57 g)+ Molho rosê (40g) 70g de arroz branco	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 70g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)		140g macarrão com carne moída (90g de macarrão parafuso cozido com 30g de carne moída, 10g cenoura ralada e 5g 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

Outubro / 2026

SEMANA 3		SEGUNDA-FEIRA 19/10/2026	TERÇA-FEIRA 20/10/2026	QUARTA-FEIRA 21/10/2026	QUINTA-FEIRA 22/10/2026	SEXTA-FEIRA 23/10/2026
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)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída bovina e 20g 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)	Pão com carne moída bovina (1 unidade de pão francês (50g), 35g de carne moída bovina e 20g 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

Outubro / 2026

SEMANA 4		SEGUNDA-FEIRA 26/10/2026	TERÇA-FEIRA 27/10/2026	QUARTA-FEIRA 28/10/2026	QUINTA-FEIRA 29/10/2026	SEXTA-FEIRA 30/10/2026
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)	Tilápia (57 g)+ Molho rosê (40g) 70g de arroz branco 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 1 unidade média de banana (110g)	140g macarrão com frango flocado (90g de macarrão parafuso cozido com 30g de frango flocado, 10g cenoura ralada e 5g molho de tomate)
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)	Tilápia (57 g)+ Molho rosê (40g) 70g de arroz branco 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 1 unidade média de banana (110g)	140g macarrão com frango flocado (90g de macarrão parafuso cozido com 30g de frango flocado, 10g cenoura ralada e 5g 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)**

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	421,30 kcal	66,27 g	62,92 %	15,97 g	15,17 %	10,56 g	22,55 %	442,68 mg	
Semana 3	709,86 kcal	113,08 g	63,72 %	25,12 g	14,16 %	18,69 g	23,70 %	998,70 mg	
Semana 4	666,31 kcal	110,73 g	66,48 %	23,22 g	13,94 %	15,98 g	21,58 %	790,50 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	559,57 kcal	81,02 g	57,91 %	20,38 g	14,57 %	18,19 g	29,25 %	810,99 mg	
Semana 2	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CÁLCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA								
Semana 3	582,83 kcal	90,87 g	62,37 %	22,01 g	15,11 %	15,21 g	23,48 %	951,64 mg	
Semana 4	544,03 kcal	89,27 g	65,64 %	19,46 g	14,31 %	12,94 g	21,40 %	690,66 mg	