SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Prefeitura Franca
Moderna, vibrante e inclusiva.

CARDÁPIO
PERÍODO PARCIAL

4 a 5 anos

Novembro / 2026

Cleunice Ramos Domingos Bernardes
Nutricionista - CRN-3 58793
Setor de Nutrição da Seção de Merenda Escolar de Franca
Secretaria de Educação

SEMANA 1		SEGUNDA-FEIRA 02/11/2026	TERÇA-FEIRA 03/11/2026	QUARTA-FEIRA 04/11/2026	QUINTA-FEIRA 05/11/2026	SEXTA-FEIRA 06/11/2026
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	FERIADO	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 cream cracker	150 ml de leite aromatizado com cacau 20 gramas Biscoito de polvilho	200ml de iogurte 5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate
	LANCHE I A partir de 9h25	FERIADO	77 g de Isca de tilápia ao molho com tomate (42 g de isca de tilápia, 35 g de molho de tomate) 65g de arroz branco	Pão com frango flocado (1 unidade de pão francês (25g), 15g de frango flocado e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 1 unidade média de banana (110g)	80g de Arroz Primavera (40g arroz branco com 20g carne suína flocada, 5g de cenoura, 5g de brócolis, 5g vagem,) 45g de feijão carioca
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00		20 gramas Biscoito de polvilho	200ml de iogurte	150 ml de leite aromatizado com cacau	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	FERIADO	77 g de Isca de tilápia ao molho com tomate (42 g de isca de tilápia, 35 g de molho de tomate) 65g de arroz branco	Pão com frango flocado (1 unidade de pão francês (25g), 15g de frango flocado e 20g molho de tomate) 1 unidade média de maçã (115g)	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 1 unidade média de banana (110g)	80g de Arroz Primavera (40g arroz branco com 20g carne suína flocada, 5g de cenoura, 5g de brócolis, 5g vagem,) 45g 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.

gov.br
Documento assinado digitalmente
CLEUNICE RAMOS DOMINGOS BERNARDES
Data: 29/10/2026 14:49:33-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Prefeitura Franca
Moderna, vibrante e inclusiva.

CARDÁPIO
PERÍODO PARCIAL

4 a 5 anos

Novembro / 2026



SEMANA 2		SEGUNDA-FEIRA 09/11/2026	TERÇA-FEIRA 10/11/2026	QUARTA-FEIRA 11/11/2026	QUINTA-FEIRA 12/11/2026	SEXTA-FEIRA 13/11/2026
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	5 unidades biscoito tipo maisena 200ml de iogurte	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 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)	1 unidade média de banana (110g) 200ml de iogurte
	LANCHE I A partir de 9h25	40g de Carne formatada (almondegas bovinas) 50g de macarrão ao sugo (40g de macarrão parafuso cozido e 10g molho de tomate)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g Cenoura ,10 g de milho e 20g frango em cubos)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 65g de arroz branco 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) 65g de arroz branco	Tilápia (42 g)+ Molho rosê(20g) 65g de arroz branco
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	40g de Carne formatada (almondegas bovinas) 50g de macarrão ao sugo (40g de macarrão parafuso cozido e 10g molho de tomate)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g Cenoura ,10 g de milho e 20g frango em cubos)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 65g de arroz branco 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) 65g de arroz branco	Tilápia (42 g)+ Molho rosê(20g) 65g 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.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Prefeitura Franca

CARDÁPIO
PERÍODO PARCIAL

4 a 5 anos

Novembro / 2026



SEMANA 3		SEGUNDA-FEIRA 16/11/2026	TERÇA-FEIRA 17/11/2026	QUARTA-FEIRA 18/11/2026	QUINTA-FEIRA 19/11/2026	SEXTA-FEIRA 20/11/2026
MANHÃ	CAFÉ DA MANHÃ Das 6h50 às 7h10	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 cream cracker	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	200ml de iogurte 1 unidade média de banana (110g)	
	LANCHE I A partir de 9h25	60g de Feijão Campones (40g de feijão carioca com 20 g de suíno em cubos) 65g de arroz branco	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 65g 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)	77 g de Isca de tilápia ao molho com tomate (42 g de isca de tilápia, 35 g de molho de tomate) 65g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Ponto facultativo/não letivo
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	60g de Feijão Campones (40g de feijão carioca com 20 g de suíno em cubos) 65g de arroz branco	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 65g 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)	77 g de Isca de tilápia ao molho com tomate (42 g de isca de tilápia, 35 g de molho de tomate) 65g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Ponto facultativo/não letivo

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.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO
PERÍODO PARCIAL

4 a 5 anos

Novembro / 2026

SEMANA 4		SEGUNDA-FEIRA 23/11/2026	TERÇA-FEIRA 24/11/2026	QUARTA-FEIRA 25/11/2026	QUINTA-FEIRA 26/11/2026	SEXTA-FEIRA 27/11/2026
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 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 média de banana (110g) 200ml de iogurte
	LANCHE I A partir de 9h25	40g de Carne formatada (almondegas bovinas) 50g de macarrão ao sugo (40g de macarrão parafuso cozido e 10g molho de tomate)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 65g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Tilápia (42 g)+ Molho rosê(20g) 65g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g Cenoura ,10 g de milho e 20g frango em cubos) 45g de feijão carioca 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)
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	40g de Carne formatada (almondegas bovinas) 50g de macarrão ao sugo (40g de macarrão parafuso cozido e 10g molho de tomate)	60g de Feijão Campeiro (40g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 65g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	Tilápia (42 g)+ Molho rosê(20g) 65g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g Cenoura ,10 g de milho e 20g frango em cubos) 45g de feijão carioca 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)

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.

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO
PERÍODO PARCIAL

4 a 5 anos

Novembro / 2026

SEMANA 5		SEGUNDA-FEIRA 30/11/2026	TERÇA-FEIRA 01/12/2026	QUARTA-FEIRA 02/12/2026	QUINTA-FEIRA 03/12/2026	SEXTA-FEIRA 04/12/2026
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 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
	LANCHE I A partir de 9h25	Brocolis (10g) +Batata(10g)+ Cenoura(10g) vagem(5g) "65g de arroz com cenoura (60g de arroz branco "	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 65g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	77 g de Isca de tilápia ao molho com tomate (42 g de isca de tilápia, 35 g de molho de tomate) 65g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g Cenoura ,10 g de milho e 20g frango em cubos) 45g de feijão carioca 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)
TARDE	LANCHE I Das 12h50 às 13h00	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	200ml de iogurte	5 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte
	LANCHE II A partir de 15h15	Brocolis (10g) +Batata(10g)+ Cenoura(10g) vagem(5g) "65g de arroz com cenoura (60g de arroz branco "	40g estrogonofe de frango (15g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 65g de arroz branco 1 unidade média de banana (110g)	77 g de Isca de tilápia ao molho com tomate (42 g de isca de tilápia, 35 g de molho de tomate) 65g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	80g de galinhada (40g arroz branco com 10g Cenoura ,10 g de milho e 20g frango em cubos) 45g de feijão carioca 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)

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 CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA											
Semana 2	532,58	kcal	82,30	g	61,82	%	18,87	g	14,17	%	15,26	g	25,79	%	733,71	mg
Semana 3	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA											
Semana 4	614,85	kcal	99,29	g	64,59	%	21,63	g	14,07	%	15,42	g	22,57	%	759,62	mg
Semana 5	590,26	kcal	94,75	g	64,21	%	20,65	g	13,99	%	14,29	g	21,79	%	907,66	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 CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA											
Semana 2	416,34	kcal	61,71	g	59,29	%	15,67	g	15,06	%	12,33	g	26,66	%	687,39	mg
Semana 3	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA											
Semana 4	500,73	kcal	79,17	g	63,25	%	18,13	g	14,48	%	12,59	g	22,63	%	678,45	mg
Semana 5	474,68	kcal	74,55	g	62,82	%	17,33	g	14,61	%	11,22	g	21,27	%	831,21	mg