SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Prefeitura Franca
Moderna, vibrante e inclusiva.

CARDÁPIO
PERÍODO INTEGRAL ESTADO

6 a 10 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 04/11/2026	SEXTA-FEIRA 04/11/2026
CAFÉ DA MANHÃ		150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 8 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	200 ml de leite aromatizado com cacau 6 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 tipo hot dog (50g)	200 ml de leite aromatizado com cacau 8 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco
ALMOÇO	FERIADO	90g de carne suína em cubos com mandioca (35g de carne suína em cubos com 55g de mandioca) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de salada de acelga (30g de acelga picada e temperada)	50g estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 130g de arroz branco	80g de carne moída com batata (60g de carne moída bovina com 20g de batata) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de salada de alface (30g de alface picada e temperada)	138g de Isca de tilápia ao molho com tomate (93 g de isca de tilápia, 10 g de molho de tomate, 35 g de tomate) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 50g de salada de brócolis com tomate (30g de brócolis e 20g de tomate, picados e temperados)
LANCHE DA TARDE	FERIADO	200ml de iogurte 6 unidades biscoito tipo cream cracker	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)	Ceral matinal,milho (1205 g) + leite adoçado (150)+açúcar (3g) 1 unidade média de banana (110g)	1 fatia média de mamão (180g) 200ml de iogurte

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e 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 conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa.

Documento assinado digitalmente
gov.br
CLEUNICE RAMOS DOMINGOS BERNARDES
Data: 29/10/2026 14:40:42-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO
PERÍODO INTEGRAL ESTADO

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

6 a 10 anos

SEMANA 2	SEGUNDA-FEIRA 09/11/2026	TERÇA-FEIRA 10/11/2026	QUARTA-FEIRA 11/11/2026	QUINTA-FEIRA 11/11/2026	SEXTA-FEIRA 11/11/2026
CAFÉ DA MANHÃ	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 8 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 (50g)	200ml de iogurte 6 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 (50g) com 6g de margarina	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 8 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco
ALMOÇO	80g de frango com cenoura, milho e cebola (50g de frango em cubos, 10g de cenoura, 15g de milho e 5g de cebola) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 50g de salada de repolho com cenoura (30g de repolho e 20g de cenoura	90g de carne bovina em cubos com mandioca (35g de carne bovina em cubos com 55g de mandioca) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 50g de salada de acelga com tomate (30g de acelga e 20g de tomate, picados e temperados)	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 130g de arroz branco 30g de salada de couve (30g de couve refogada, al dente)	60g de purê de batata com carne moída (40g de purê de batata com 15g de carne moída e 5g de molho de tomate) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de salada de alface (30g de alface picada e temperada)	Tilápia (92 g)+ Molho rosê(60) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de beterraba (30g de beterraba cozida e temperada)
LANCHE DA TARDE	200 ml de leite aromatizado com cacau 6 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de banana (110g) 200ml de iogurte	Ceral matinal,milho (1205 g) + leite adoçado (150)+açúcar (3g) 1 unidade média de maçã (115g)	200ml de iogurte 1 fatia média de mamão (180g)	200 ml de leite aromatizado com cacau 6 unidades biscoito tipo maisena

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e 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 conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Prefeitura Franca
Moderna, vibrante e inclusiva.

CARDÁPIO
PERÍODO INTEGRAL ESTADO



6 a 10 anos

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
CAFÉ DA MANHÃ	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 8 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 (50g)	150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar) 6 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 (50g) com 6g de margarina	Ponto facultativo/não letivo
ALMOÇO	70g de Feijão Campones (40g de feijão carioca com 30 g de suíno em cubos) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 50g de salada de acelga com tomate (30g de acelga e 20g de tomate, picados e temperados)	138g de Isca de tilápia ao molho com tomate (93 g de isca de tilápia, 10 g de molho de tomate, 35 g de tomate) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de beterraba (30g de beterraba cozida e temperada)	50g estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 130g de arroz branco	80g de carne moída com batata (60g de carne moída bovina com 20g de batata) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de salada de alface (30g de alface picada e temperada)	
LANCHE DA TARDE	200 ml de leite aromatizado com cacau 6 unidades biscoito tipo cream cracker	200ml de iogurte 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)	Ceral matinal,milho (1205 g) + leite adoçado (150)+açúcar (3g) 1 fatia média de melancia (200g)	Ponto facultativo/não letivo

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e 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 conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Prefeitura Franca
Moderna, vibrante e inclusiva.

CARDÁPIO
PERÍODO INTEGRAL ESTADO



6 a 10 anos

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
CAFÉ DA MANHÃ	6 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 (50g) com 6g de margarina 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	6 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 (50g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	8 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)
ALMOÇO	90g de carne bovina em cubos com mandioca (35g de carne bovina em cubos com 55g de mandioca) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de salada de acelga (30g de acelga picada e temperada)	Tilápia (92 g)+ Molho rosê(60) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de beterraba (30g de beterraba cozida e temperada)	70g de Feijão Campeiro (50g de feijão preto com 20 g de suíno em cubos) 130g de arroz branco 30g de salada de couve (30g de couve refogada, al dente)	80g de frango com cenoura, milho e cebola (50g de frango em cubos, 10g de cenoura, 15g de milho e 5g de cebola) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de salada de alface (30g de alface picada e temperada)	90g de carne bovina em cubos com batata (35g de carne bovina em cubos com 55g de batata) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 50g de salada de brócolis com tomate (30g de brócolis e 20g de tomate, picados e temperados)
LANCHE DA TARDE	200 ml de leite aromatizado com cacau 8 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	200ml de iogurte 1 unidade média de banana (110g)	200 ml de leite aromatizado com cacau 6 unidades biscoito tipo maisena	Ceral matinal,milho (1205 g) + leite adoçado (150)+açúcar (3g) 1 unidade média de maçã (115g)	200ml de iogurte 1 fatia média de mamão (180g)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e 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 conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

CARDÁPIO
PERÍODO INTEGRAL ESTADO

6 a 10 anos

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
CAFÉ DA MANHÃ	8 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 (50g) 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	6 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 (50g) com 6g de margarina 150 ml de leite com cacau e açúcar (150ml de leite em pó + 1,5g de cacau em pó + 3g de açúcar)	8 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)
ALMOÇO	80g de carne moída (80g de carne moída bovina) 65g de macarrão ao sugo (50g de macarrão parafuso cozido e 15g molho de tomate) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de salada de acelga (30g de acelga picada e temperada)	138g de Isca de tilápia ao molho com tomate (93 g de isca de tilápia, 10 g de molho de tomate, 35 g de tomate) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de beterraba (30g de beterraba cozida e temperada)	50g estrogonofe de frango (20g de frango em cubos com 20g de molho bechamel e 5g de extrato de tomate) 130g de arroz branco 1 unidade média de maçã (115g)	90g de carne bovina em cubos com mandioca (35g de carne bovina em cubos com 55g de mandioca) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 30g de salada de alface (30g de alface picada e temperada)	80g de frango com cenoura, milho e cebola (50g de frango em cubos, 10g de cenoura, 15g de milho e 5g de cebola) 130g de arroz branco 100g de feijão carioca 50g de salada de brócolis com tomate (30g de brócolis e 20g de tomate,
LANCHE DA TARDE	200 ml de leite aromatizado com cacau 6 unidades biscoito tipo maisena	200ml de iogurte 1 unidade média de banana (110g)	200 ml de leite aromatizado com cacau 6 unidades biscoito tipo cream cracker 1 unidade média de maçã (115g)	200ml de iogurte 1 fatia média de mamão (180g)	Ceral matinal,milho (1205 g) + leite adoçado (150)+açúcar (3g) 1 fatia média de melancia (200g)

Observação: O cardápio só poderá ser modificado com autorização prévia, por e-mail, pelo setor de nutrição e 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 conforme grau de maturação, porém nenhum item pode ser retirado sem autorização ou trocado sem justificativa.

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

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	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA							
Semana 2	1092,51 kcal	168,73 g	61,78 %	42,42 g	15,53 %	28,71 g	23,65 %	1714,42 mg
Semana 3	A COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL NÃO FOI CALCULADA PARA O CALCULO É NECESSÁRIO UMA SEMANA COMPLETA							
Semana 4	1077,27 kcal	166,70 g	61,90 %	41,15 g	15,28 %	28,33 g	23,67 %	1670,85 mg
Semana 5	1129,97 kcal	174,82 g	61,88 %	43,49 g	15,39 %	28,20 g	22,46 %	1727,62 mg