SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Prefeitura Franca
Moderna, vibrante e inclusiva.

CARDÁPIO
PERÍODO INTEGRAL ESTADO

16 a 18 anos — Novembro / 2026



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
CAFÉ DA MANHÃ		250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 15 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	200 ml de leite aromatizado com cacau 8 unidades biscoito tipo maisena	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 1 unidade de pão tipo hot dog (50g)	200 ml de leite aromatizado com cacau 15 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco
ALMOÇO	FERIADO	235g de carne suína em cubos com mandioca (95g de carne suína em cubos com 140g de mandioca) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 100g de salada de acelga (100g de acelga picada e temperada)	280g estrogonofe de frango (115g de frango em cubos com 140g de molho bechamel e 25g de extrato de tomate) 250g de arroz branco	210g de carne moída com batata (160g de carne moída bovina com 50g de batata) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 100g de salada de alface (100g de alface picada e temperada)	200 g de Isca de tilápia ao molho com tomate (150,g de isca de tilápia, 10 g de molho de tomate, 40 g de tomate) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 100g de salada de brócolis com tomate (60g de brócolis e 40g de tomate, picados e temperados)
LANCHE DA TARDE	FERIADO	200ml de iogurte 8 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 (30 g) + leite adoçado (200)+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

Prefeitura Franca
Moderna, vibrante e inclusiva.

CARDÁPIO
PERÍODO INTEGRAL ESTADO



16 a 18 anos

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
CAFÉ DA MANHÃ	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 15 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 1 unidade de pão tipo hot dog (50g)	200ml de iogurte 8 unidades biscoito tipo cream cracker	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 1 unidade de pão francês (50g) com 7g de margarina	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 15 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco
ALMOÇO	210g de frango com cenoura, milho e cebola (100g de frango em cubos, 40g de cenoura, 55g de milho e 15g de cebola) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 100g de salada de repolho com cenoura (60g de repolho e 40g de cenoura crua, ralados e temperados)	235g de carne bovina em cubos com mandioca (95g de carne bovina em cubos com 140g de mandioca) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 100g de salada de acelga com tomate (60g de acelga e 40g de tomate, picados e temperados)	210g de Feijão Campeiro 140g de feijão preto com 70g de suíno em cubos 250g de arroz branco 100g de salada de couve (100g de couve refogada, al dente)	215g de purê de batata com carne moída (120g de purê de batata com 60g de carne moída e 35g de molho de tomate) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 100g de salada de alface (100g de alface picada e temperada)	Tilápia (150)+ Molho rosê(120g) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 60g de beterraba (60g de beterraba cozida e temperada)
LANCHE DA TARDE	200 ml de leite aromatizado com cacau 8 unidades biscoito tipo maisena	1 unidade média de banana (110g) 200ml de iogurte	Ceral matinal,milho (30 g) + leite adoçado (200)+açúcar (3g) 1 unidade média de maçã (115g)	200ml de iogurte 1 fatia média de mamão (180g)	200 ml de leite aromatizado com cacau 8 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

CARDÁPIO
PERÍODO INTEGRAL ESTADO

16 a 18 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	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 15 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 1 unidade de pão tipo hot dog (50g)	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 8 unidades biscoito tipo maisena	250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar) 1 unidade de pão francês (50g) com 7g de margarina	Ponto facultativo/não letivo
ALMOÇO	210g de Feijão Campones (140g de feijão carioca com 70 g de suíno em cubos) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 100g de salada de acelga com tomate (60g de acelga e 40g de tomate, picados e temperados)	200 g de Isca de tilápia ao molho com tomate (150,g de isca de tilápia, 10 g de molho de tomate, 40 g de tomate) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 60g de beterraba (60g de beterraba cozida e temperada)	280g estrogonofe de frango (115g de frango em cubos com 140g de molho bechamel e 25g de extrato de tomate) 250g de arroz branco	210g de carne moída com batata (160g de carne moída bovina com 50g de batata) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 100g de salada de alface (100g de alface picada e temperada)	
LANCHE DA TARDE	200 ml de leite aromatizado com cacau 8 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 (30 g) + leite adoçado (200)+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.

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
SETOR DE NUTRIÇÃO

Prefeitura Franca
Moderna, vibrante e inclusiva.

CARDÁPIO
PERÍODO INTEGRAL ESTADO



16 a 18 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	8 unidades biscoito tipo maisena 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	1 unidade de pão francês (50g) com 7g de margarina 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	8 unidades biscoito tipo cream cracker 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	1 unidade de pão tipo hot dog (50g) 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)	15 unidades biscoito tipo rosquinha sabor chocolate 250 ml de leite com cacau e açúcar (250ml de leite em pó + 2,25g de cacau em pó + 4,5g de açúcar)
ALMOÇO	235g de carne bovina em cubos com mandioca (95g de carne bovina em cubos com 140g de mandioca) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 100g de salada de acelga (100g de acelga picada e temperada)	Tilápia (150)+ Molho rosê(120g) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 60g de beterraba (60g de beterraba cozida e temperada)	210g de Feijão Campeiro 140g de feijão preto com 70g de suíno em cubos 250g de arroz branco 100g de salada de couve (100g de couve refogada, al dente)	210g de frango com cenoura, milho e cebola (100g de frango em cubos, 40g de cenoura, 55g de milho e 15g de cebola) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 100g de salada de alface (100g de alface picada e temperada)	235g de carne bovina em cubos com batata (95g de carne bovina em cubos com 140g de batata) 250g de arroz branco 260g de feijão carioca 100g de salada de brócolis com tomate (60g de brócolis e 40g de tomate, picados e temperados)
LANCHE DA TARDE	200 ml de leite aromatizado com cacau 15 unidades biscoito tipo rosquinha sabor coco	200ml de iogurte 1 unidade média de banana (110g)	200 ml de leite aromatizado com cacau 8 unidades biscoito tipo maisena	Ceral matinal,milho (30 g) + leite adoçado (200)+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.