CARDÁPIO MARÇO - EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTO EJA

02/fev	03/fev	04/fev	05/fev	06/fev
SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, ACELGA SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO DESFIADO COM CREME DE MILHO, SALADA DE ALFACE E TOMATE SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA	POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELÃO	
09/mar	**10/mar**	**11/mar**	**12/mar**	**13/mar**
SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO	
16/mar	**17/mar**	**18/mar**	**19/mar**	**20/mar**
SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE BOVINA REFOGADA COM ACEBOLA E ABOBRINHA SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COZIDO COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE ABÓBORA REFOGADA SOBREMESA: LARANJA	
23/mar	**24/mar**	**25/mar**	**26/mar**	**27/mar**
SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, REPOLHO REFOGADO SOBREMESA: BANANA	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: MAÇÃ	**ANIVERSARIANTES DO MÊS BOLO DE CHOCOLATE COM COCO PÃO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE SUCO NATURAL DE MARACUJÁ**	
30/mar	**31/mar**	**01/abr**	**02/abr**	**03/abr**
SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO	

Composição Nutricional - Média Semanal	**Energia (Kcal)**	**CHO (g) - 55 a 65%**	**PTN (g) - 10 a 15%**	**LPD (g) - 15 a 30 %**
	370,12	**48,77**	**9,00**	**7,67**

OBS: O cardápio sujeito a alterações devido condições climáticas e maturação.

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30 466

CARDÁPIO MARÇO - EMEB Ivete Vargas - Fundamental

	2/mar	3/mar	4/mar	5/mar	6/mar
SERVIÇO	**SEGUNDA**	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
7H DESJEJUM	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO DE LARANJA	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO	VITAMINA DE ABACATE E BISCOITO SALGADO COM
MANHÃ 9H30-10H30/TARDE 14	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATA E CENOURA E SALADA DE ALFACE COZIDA SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA
	9/mar	**10/mar**	**11/mar**	**12/mar**	**13/mar**
SERVIÇO	**SEGUNDA**	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
7H DESJEJUM	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CHOCOLATE	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO
MANHÃ 9H30-10H30/TARDE 14	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA	MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA
	16/mar	**17/mar**	**18/mar**	**19/mar**	**20/mar**
SERVIÇO	**SEGUNDA**	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
7H DESJEJUM	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE MAÇÃ	MINGAU DE BANANA COM AVEIA	SUCO DE MANGA E BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO
MANHÃ 9H30-10H30/TARDE 14	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE LEGUMES (MILHO, ERVILHA, CENOURA, ABOBRINHA) SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MELÃO	POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ALFACE SOBREMESA: CAQUI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE REPOLHO REFOGADO SOBREMESA:MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FRANGO ACEBOLADAS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA: ABACAXI
	23/mar	**24/mar**	**25/mar**	**26/mar**	**27/mar**
SERVIÇO	**SEGUNDA**	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
7H DESJEJUM	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO
MANHÃ 9H30-10H30/TARDE 14	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MAÇÃ	**ANIVERSARIANTES DO MÊS BOLO DE CHOCOLATE COM COCO PÃO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE SUCO NATURAL DE MARACUJÁ**
	30/mar	**31/mar**	**1/abr**	**2/abr**	**3/abr**
SERVIÇO	**SEGUNDA**	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
7H DESJEJUM	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CHOCOLATE	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO	
MANHÃ 9H30-10H30/TARDE 14	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA	MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO	FERIADO

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva CRN 30 466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardá

NUTRIENTES	FUNDAMENTAL MANHÃ	FUNDAMENTAL TARDE
Energia (Kcal)	761,28	458,99
Carboidratos (g)	105,85	66
Proteínas (g)	39,30	29
Lipídeos (g)	20,76	8
Vitamina A (mcg)	341,63	215,16
Vitamina C (mg)	47,77	32,41
Cálcio (mg)	306,38	66,51
Ferro (mg)	5,06	4,05
Sódio (mg)	465,52	114,09

CARDÁPIO MARÇO 2026

02/03/2026 n°01 SEGUNDA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO 6 meses a 11 meses * sem adição de açúcar	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MAMÃO	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, ACELGA SOBREMESA: MAÇÃ
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MAMÃO	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, ACELGA SOBREMESA: MAÇÃ
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MAMÃO	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, ACELGA SOBREMESA: MAÇÃ
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MAMÃO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, ACELGA SOBREMESA: MAÇÃ
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, ACELGA SOBREMESA: MAÇÃ	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.

**Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.

***Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.

****Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.

CARDÁPIO MARÇO 2026

03/03/2026 n°02 TERÇA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO 6 meses a 11 meses * sem adição de açúcar	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MELANCIA	MANGA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO DESFIADO COM CREME DE MILHO, SALADA DE ALFACE E TOMATE SOBREMESA: MAMÃO
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO DE LARANJA				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO DE LARANJA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MELANCIA	MANGA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO DESFIADO COM CREME DE MILHO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MAMÃO
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO DE LARANJA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MELANCIA	MANGA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO DESFIADO COM CREME DE MILHO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MAMÃO
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MELANCIA		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO DESFIADO COM CREME DE MILHO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MAMÃO
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO DE LARANJA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO DESFIADO COM CREME DE MILHO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MAMÃO	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.

**Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.

***Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.

****Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.

CARDÁPIO MARÇO 2026

04/03/2026 n°03 QUARTA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO 6 meses a 11 meses * sem adição de açúcar	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MAMÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	GOIABA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	MAMÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	GOIABA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	GOIABA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA		ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

05/03/2026 n°04 QUINTA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO 6 meses a 11 meses * sem adição de açúcar	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	ABACAXI COZIDO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATA E CENOURA E SALADA DE ALFACE COZIDA SOBREMESA: MAÇÃ	BANANA	POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELÃO
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO	ABACAXI COZIDO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATA E CENOURA E SALADA DE ALFACE COZIDA SOBREMESA: MAÇÃ	BANANA	POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELÃO
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATA E CENOURA E SALADA DE ALFACE COZIDA SOBREMESA: MAÇÃ	BANANA	POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELÃO
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATA E CENOURA E SALADA DE ALFACE COZIDA SOBREMESA: MAÇÃ		POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELÃO
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATA E CENOURA E SALADA DE ALFACE COZIDA SOBREMESA: MAÇÃ	POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELÃO	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

06/03/2026 n°05 SEXTA - FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FRANGO ACEBOLADAS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA: ABACAXI
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses sem adição de açúcar *	VITAMINA DE ABACATE E BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO CASEIRO				
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	VITAMINA DE ABACATE E BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO CASEIRO	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	VITAMINA DE ABACATE E BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO CASEIRO		ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA		ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	VITAMINA DE ABACATE E BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO CASEIRO		ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

09/03/2026 n°06 SEGUNDA - FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ
BERÇÁRIO **12 meses a 23 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO				
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA		ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

10/03/2026 n°07 TERÇA - FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MAÇÃ	MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO
BERÇÁRIO **12 meses a 23 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CHOCOLATE				
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CHOCOLATE	MAÇÃ	MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CHOCOLATE		MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CHOCOLATE		MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

11/03/2026 nº08 QUARTA - FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MELÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI
BERÇÁRIO **12 meses a 23 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA				
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	MELÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA		ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

12/03/2026 n°09 QUINTA-FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	BANANA	CREME DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO SOBREMESA: MAMÃO	VITAMINA DE ABACATE	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
BERÇÁRIO **12 meses a 23 meses** *** sem adição de açúcar**	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO				
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO	BANANA	CREME DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO SOBREMESA: MAMÃO	VITAMINA DE ABACATE	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO		CREME DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO SOBREMESA: MAMÃO	VITAMINA DE ABACATE	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			CREME DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO SOBREMESA: MAMÃO		ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO		CREME DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

13/03/2026 nº10 SEXTA - FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MELANCIA
BERÇÁRIO **12 meses a 23 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO				
1 à 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MELANCIA
1 à 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MELANCIA
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA		ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MELANCIA
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MELANCIA	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

16/03/2026 nº11 SEGUNDA - FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE LEGUMES (MILHO, ERVILHA, CENOURA, ABOBRINHA) SOBREMESA: MAMÃO	LARANJA	MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ
BERÇÁRIO **12 meses a 23 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE LEGUMES (MILHO, ERVILHA, CENOURA, ABOBRINHA) SOBREMESA: MAMÃO		
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE LEGUMES (MILHO, ERVILHA, CENOURA, ABOBRINHA) SOBREMESA: MAMÃO	LARANJA	MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE LEGUMES (MILHO, ERVILHA, CENOURA, ABOBRINHA) SOBREMESA: MAMÃO	LARANJA	MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE LEGUMES (MILHO, ERVILHA, CENOURA, ABOBRINHA) SOBREMESA: MAMÃO		MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE LEGUMES (MILHO, ERVILHA, CENOURA, ABOBRINHA) SOBREMESA: MAMÃO	MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

17/03/2026 nº12 TERÇA - FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MELÃO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE BOVINA REFOGADA COM ACEBOLA E ABOBRINHA SOBREMESA: MELANCIA
BERÇÁRIO **12 meses a 23 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE MAÇÃ				
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE MAÇÃ	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MELÃO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE BOVINA REFOGADA COM ACEBOLA E ABOBRINHA SOBREMESA: MELANCIA
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE MAÇÃ		ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MELÃO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE BOVINA REFOGADA COM ACEBOLA E ABOBRINHA SOBREMESA: MELANCIA
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MELÃO		ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE BOVINA REFOGADA COM ACEBOLA E ABOBRINHA SOBREMESA: MELANCIA
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE MAÇÃ		ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE FRANGO, SALADA DE REPOLHO E TOMATE SOBREMESA: MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE BOVINA REFOGADA COM ACEBOLA E ABOBRINHA SOBREMESA: MELANCIA	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

18/03/2026 nº13 QUARTA - FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MELANCIA	POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ALFACE SOBREMESA: CAQUI	MAÇÃ	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA
BERÇÁRIO **12 meses a 23 meses** *** sem adição de açúcar**	MINGAU DE BANANA COM AVEIA				
1 à 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	MINGAU DE BANANA COM AVEIA	MELANCIA	POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ALFACE SOBREMESA: CAQUI	MAÇÃ	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA
1 à 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	MINGAU DE BANANA COM AVEIA		POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ALFACE SOBREMESA: CAQUI	MAÇÃ	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ALFACE SOBREMESA: CAQUI		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	MINGAU DE BANANA COM AVEIA		POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ALFACE SOBREMESA: CAQUI	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

19/03/2026 n°14 QUINTA - FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	ABACAXI COZIDO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE REPOLHO REFOGADO SOBREMESA:MAÇÃ	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COZIDO COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE ABÓBORA REFOGADA SOBREMESA: LARANJA
BERÇÁRIO **12 meses a 23 meses** *** sem adição de açúcar**	SUCO DE MANGA E BISCOITO DE POLVILHO				
1 à 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	SUCO DE MANGA E BISCOITO DE POLVILHO	ABACAXI COZIDO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE REPOLHO REFOGADO SOBREMESA:MAÇÃ	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COZIDO COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE ABÓBORA REFOGADA SOBREMESA: LARANJA
1 à 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	SUCO DE MANGA E BISCOITO DE POLVILHO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE REPOLHO REFOGADO SOBREMESA:MAÇÃ	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COZIDO COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE ABÓBORA REFOGADA SOBREMESA: LARANJA
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE REPOLHO REFOGADO SOBREMESA:MAÇÃ		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COZIDO COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE ABÓBORA REFOGADA SOBREMESA: LARANJA
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	SUCO DE MANGA E BISCOITO DE POLVILHO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE REPOLHO REFOGADO SOBREMESA:MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COZIDO COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE ABÓBORA REFOGADA SOBREMESA: LARANJA	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

20/03/2026 nº15 SEXTA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO 6 meses a 11 meses * sem adição de açúcar	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FRANGO ACEBOLADAS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA: ABACAXI	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE ASSADA E SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: BANANA
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FRANGO ACEBOLADAS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA: ABACAXI	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE ASSADA E SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: BANANA
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FRANGO ACEBOLADAS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA: ABACAXI	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE ASSADA E SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: BANANA
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FRANGO ACEBOLADAS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA: ABACAXI		ARROZ, FEIJÃO, CARNE ASSADA E SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: BANANA
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE FRANGO ACEBOLADAS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA: ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE ASSADA E SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: BANANA	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

23/03/2026 n°16 SEGUNDA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO 6 meses a 11 meses * sem adição de açúcar	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MELÃO	MANGA PICADA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, REPOLHO REFOGADO SOBREMESA: BANANA
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MELÃO	MANGA PICADA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, REPOLHO REFOGADO SOBREMESA: BANANA
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MELÃO	MANGA PICADA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, REPOLHO REFOGADO SOBREMESA: BANANA
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MELÃO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, REPOLHO REFOGADO SOBREMESA: BANANA
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM TOMATE E CEBOLA, SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA E CENOURA, REPOLHO REFOGADO SOBREMESA: BANANA	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

24/03/2026 n°17 TERÇA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO 6 meses a 11 meses * sem adição de açúcar	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELANCIA	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MAMÃO
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELANCIA	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MAMÃO
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELANCIA	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MAMÃO
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELANCIA		ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MAMÃO
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MAMÃO	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

*CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.

**Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.

***Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.

****Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.

CARDÁPIO MARÇO 2026

25/03/2026 n°18 QUARTA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO 6 meses a 11 meses * sem adição de açúcar	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MAMÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: MAÇÃ
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	MAMÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: MAÇÃ
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: MAÇÃ
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA		ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: MAÇÃ
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS E SALADA DE ALFACE E BETERRA RALADA SOBREMESA: MAÇÃ	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

26/03/2026 n°19 QUINTA - FEIRA BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30 LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30 LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	ALMOÇO Horário: 10h-11h30 LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30 LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40 LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	CAQUI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MAÇÃ	TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO				
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	CAQUI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MAÇÃ	TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MAÇÃ	TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MAÇÃ		ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, REFOGADO DE ABÓBORA CABOTIÁ, SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026 - DIA ESPECIAL DE ANIVERSARIANTES DO MÊS

27/03/2026 n°20 SEXTA - FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MAÇÃ	***ANIVERSARIANTES DO MÊS*** RISOTO DE FRANGO COM MILHO E CUBINHOS DE CENOURA MELÃO BOLO DE BANANA COM CACAU	MAMÃO	CREME DE LEGUMES COM CARNE (BOVINA) DESFIADA SOBREMESA: LARANJA
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses *** sem adição de açúcar**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		PÃO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE SUCO NATURAL DE MARACUJÁ BOLO DE BANANA COM CACAU		
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	MAÇÃ	**ANIVERSARIANTES DO MÊS** BOLO DE CHOCOLATE COM COCO PÃO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE SUCO NATURAL DE MARACUJÁ	MAMÃO	SOPA DE LEGUMES COM CARNE SUÍNA DESFIADA SOBREMESA: LARANJA
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		**ANIVERSARIANTES DO MÊS** BOLO DE CHOCOLATE COM COCO PÃO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE SUCO NATURAL DE MARACUJÁ	MAMÃO	**ANIVERSARIANTES DO MÊS** BOLO DE CHOCOLATE COM COCO PÃO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE SUCO NATURAL DE MARACUJÁ
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			**ANIVERSARIANTES DO MÊS** BOLO DE CHOCOLATE COM COCO PÃO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE SUCO NATURAL DE MARACUJÁ		**ANIVERSARIANTES DO MÊS** BOLO DE CHOCOLATE COM COCO PÃO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE SUCO NATURAL DE MARACUJÁ
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		**ANIVERSARIANTES DO MÊS** BOLO DE CHOCOLATE COM COCO PÃO COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE SUCO NATURAL DE MARACUJÁ	SOPA DE LEGUMES COM CARNE SUÍNA DESFIADA SOBREMESA: LARANJA	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

30/03/2026 n°21 SEGUNDA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO 6 meses a 11 meses * sem adição de açúcar	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA		ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, CHUCHU REFOGADO SOBREMESA:TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, TIRAS DE CARNE ACEBOLADAS, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

31/03/2026 n°22 TERÇA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO **6 meses a 11 meses** *** sem adição de açúcar**	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MAÇÃ	MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses sem adição de açúcar *	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CHOCOLATE				
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CHOCOLATE	MAÇÃ	MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CHOCOLATE		MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO	LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CHOCOLATE		MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO EM CUBOS COM MOLHO DE TOMATE, SALADA DE BETERRABA SOBREMESA: MAMÃO	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

01/04/2026 n°23 QUARTA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO 6 meses a 11 meses * sem adição de açúcar	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	MELÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA	MELÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA		ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + PÃO CASEIRO COM MANTEIGA		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, SUFLÊ DE MILHO E SALADA DE CENOURA RALADA SOBREMESA: CAQUI	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**

CARDÁPIO MARÇO 2026

02/04/2026 n°24 QUINTA- FEIRA	DESJEJUM Horário: 7h30 - 8h30	COLAÇÃO Horário: 9h30-10h30	ALMOÇO Horário: 10h-11h30	LANCHE DA TARDE Horário: 13h- 14h30	JANTAR Horário: 14h40 - 15h40
BERÇÁRIO MENORES 6 MESES	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE
BERÇÁRIO 6 meses a 11 meses * sem adição de açúcar	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL ADEQUADA PARA IDADE / FRUTA	BANANA	CREME DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO SOBREMESA: MAMÃO	VITAMINA DE ABACATE	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO	BANANA	CREME DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO SOBREMESA: MAMÃO	VITAMINA DE ABACATE	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO		CREME DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO SOBREMESA: MAMÃO	VITAMINA DE ABACATE	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			CREME DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO SOBREMESA: MAMÃO		ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	SUCO DE LARANJA E BROA DE MILHO		CREME DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE COM BATATA E CENOURA, SALADA DE ESCAROLA SOBREMESA: MELÃO	

Composição nutricional - média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g) - 55 a 65%	PTN (g) - 10 a 15%	LPD (g) - 15 a 30 %	Cálcio (mg) - Ferro (mg) - Retinol (µg)- Vitamina C(mg)
Berçário I (menor 6 meses)	350	52,50	13,13	9,72	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	437	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	656,7	98,50	24,63	18,24	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	218,5	32,78	8,19	6,07	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	328,3	49,25	12,31	9,12	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	705	105,75	26,44	19,58	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	352,5	52,88	13,22	9,79	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	437,00	65,55	16,39	12,14	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	390,00	58,50	14,63	10,83	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	390	58,50	14,63	10,83	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30466

***CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES DEVIDO CONDIÇÕES CLIMÁTICAS E MATURAÇÃO.**

****Berçário: Introdução alimentar frutas bem picadas, amassadas ou raspadas e comida salgada bem cozida e amassada, evoluir a consistência conforme o Guia de Evolução de Texturas, considerando idade e maturidade da criança. Não adicionar açúcar às bebidas e frutas.**

*****Os horários das refeições são estabelecidos de acordo com a rotina escolar e disponibilizados na cozinha da escola, neste documento apenas os períodos de realização das refeições.**

******Alunos com Necessidades Alimentares Especiais - ANAE's - Serão atendidos de acordo com os protocolos de dietas especiais do Manual de Necessidades Alimentares Especiais com adaptações deste cardápio.**