CARDÁPIO DEZEMBRO - EDUCAÇÃO DE JOVENS E ADULTO EJA

7-dez.	8-dez.	9-dez.	10-dez.	11-dez.
SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
MACARRONADA À BOLONHESA, SALADA DE TOMATE E ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE REFOGADA COM CEBOLA, FAROFA DE CUSCUZ COM LEGUMES SOBREMESA: TANGERINA	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA , FAROFA DE CENOURA E RODELAS DE LARANJA	**ANIVERSARIANTES DO MÊS** **BOLO TROPICAL DE FRUTAS + SANDUICHE DE CARNE DESFIADA + SUCO DE GOIABA**	
14-dez.	**15-dez.**	**16-dez.**	**17-dez.**	**18-dez.**
SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
POLENTA DE CARNE MOÍDA, SALADA DE ACELGA E TOMATE SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM INHAME, SALADA DE REPOLHO SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, OVOS COZIDOS E SALADA DE TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELÃO	

Composição Nutricional Diária - Média Semanal	**Energia (Kcal)**	**CHO (g) - 55 a 65%**	**PTN (g) - 10 a 15%**	**LPD (g) - 15 a 30 %**
	320	**192,00**	**48,00**	**80**

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

Nutricionista RT: Talita Kumy Goes Silva - CRN 30 466

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30466

CARDÁPIO DEZEMBRO - EMEB Ivete Vargas - Fundamental

	7/dez.	8/dez.	9/dez.	10/dez.	11/dez.
SERVIÇO	**SEGUNDA**	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
7H DESJEJUM	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CACAU	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO
REFEIÇÃO **MANHÃ 9H30-10H30/ TARDE 14H30-15H30**	ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO, OVOS COZIDOS E SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO, SALADA DE TOMATE SOBREMESA: MELÃO	POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MOUSSE DE ABACATE	**ANIVERSARIANTES DO MÊS** **BOLO TROPICAL DE FRUTAS + SANDUICHE DE CARNE DESFIADA + SUCO DE GOIABA**
	14/dez.	**15/dez.**	**16/dez.**	**17/dez.**	**18/dez.**
SERVIÇO	**SEGUNDA**	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
7H DESJEJUM	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO DE POLVILHO	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	VITAMINA DE ABACATE COM BISCOITO SALGADO	LEITE E BROA DE FUBÁ
REFEIÇÃO **MANHÃ 9H30-10H30/ TARDE 14H30-15H30**	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA	MACARRONADA COM FRANGO DESFIADO SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MANGA	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MAMÃO

***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 cardápio**

NUTRIENTES	FUNDAMENTAL MANHÃ	FUNDAMENTAL TARDE
Energia (Kcal)	589,00	399,00
Carboidratos (g)	353,40	239
Proteínas (g)	88,35	60
Lipídeos (g)	147,25	100
Vitamina A (mcg)	365,20	360,10
Vitamina C (mg)	63,00	63,00
Cálcio (mg)	306,38	201,00
Ferro (mg)	7,05	5,06
Sódio (mg)	465,52	202,00

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30466

CARDÁPIO DEZEMBRO

07/12/2026 n°1 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	MELÃO	ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO, OVOS COZIDOS E SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MAMÃO	BANANA	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				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	MELÃO	ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO, OVOS COZIDOS E SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MAMÃO	BANANA	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 COM CENOURA, FEIJÃO, OVOS COZIDOS E SALADA DE PEPINO SOBREMESA:MAMÃO	BANANA	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 COM CENOURA, FEIJÃO, OVOS COZIDOS E SALADA DE PEPINO 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 COM CENOURA, FEIJÃO, OVOS COZIDOS E SALADA DE PEPINO 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)	340	51,00	12,75	9,44	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	375	56,25	14,06	10,42	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	375,2	56,28	14,07	10,42	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	220,3	33,05	8,26	6,12	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	245,6	36,84	9,21	6,82	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	765,5	114,83	28,71	21,26	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	398,2	59,73	14,93	11,06	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	445,00	66,75	16,69	12,36	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	549,20	82,38	20,60	15,26	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	465,9	69,89	17,47	12,94	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.

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30466

CARDÁPIO DEZEMBRO

08/12/2026 nº2 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	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO, SALADA DE TOMATE SOBREMESA: MELÃO	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE REFOGADA COM CEBOLA, FAROFA DE CUSCUZ COM LEGUMES SOBREMESA: TANGERINA
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CACAU				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CACAU	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO, SALADA DE TOMATE SOBREMESA: MELÃO	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE REFOGADA COM CEBOLA, FAROFA DE CUSCUZ COM LEGUMES SOBREMESA: TANGERINA
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CACAU		ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO, SALADA DE TOMATE SOBREMESA: MELÃO	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE REFOGADA COM CEBOLA, FAROFA DE CUSCUZ COM LEGUMES SOBREMESA: TANGERINA
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO, SALADA DE TOMATE SOBREMESA: MELÃO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE REFOGADA COM CEBOLA, FAROFA DE CUSCUZ COM LEGUMES SOBREMESA: TANGERINA
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BOLO CASEIRO DE CACAU		ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO, SALADA DE TOMATE SOBREMESA: MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE REFOGADA COM CEBOLA, FAROFA DE CUSCUZ COM LEGUMES 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)	340	51,00	12,75	9,44	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	375	56,25	14,06	10,42	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	375,2	56,28	14,07	10,42	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	220,3	33,05	8,26	6,12	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	245,6	36,84	9,21	6,82	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	765,5	114,83	28,71	21,26	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	398,2	59,73	14,93	11,06	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	445,00	66,75	16,69	12,36	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	549,20	82,38	20,60	15,26	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	465,9	69,89	17,47	12,94	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.**

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30466

CARDÁPIO DEZEMBRO

09/12/2026 nº3 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		POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: TANGERINA		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA , FAROFA DE CENOURA E RODELAS DE LARANJA
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	MAÇÃ	POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: TANGERINA	MAMÃO	
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO	MAÇÃ	POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: TANGERINA	MAMÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA , FAROFA DE CENOURA E RODELAS DE LARANJA
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: TANGERINA	MAMÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA , FAROFA DE CENOURA 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 ACELGA SOBREMESA: TANGERINA		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA , FAROFA DE CENOURA E RODELAS DE LARANJA
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE + CHOCOLATADO CASEIRO E BISCOITO SALGADO		POLENTA AO MOLHO BOLONHESA E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: TANGERINA	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA , FAROFA DE CENOURA 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)	340	51,00	12,75	9,44	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	375	56,25	14,06	10,42	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	375,2	56,28	14,07	10,42	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	220,3	33,05	8,26	6,12	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	245,6	36,84	9,21	6,82	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	765,5	114,83	28,71	21,26	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	398,2	59,73	14,93	11,06	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	445,00	66,75	16,69	12,36	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	549,20	82,38	20,60	15,26	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	465,9	69,89	17,47	12,94	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.**

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30466

CARDÁPIO DEZEMBRO

10/12/2026 nº4 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	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MOUSSE DE ABACATE	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E PURÊ DE BATATA REFOGADO 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	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MOUSSE DE ABACATE	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E PURÊ DE BATATA REFOGADO 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, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MOUSSE DE ABACATE	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E PURÊ DE BATATA REFOGADO SOBREMESA: MAÇÃ
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MOUSSE DE ABACATE		ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E PURÊ DE BATATA REFOGADO 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, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MOUSSE DE ABACATE	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E PURÊ DE BATATA REFOGADO 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)	340	51,00	12,75	9,44	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	375	56,25	14,06	10,42	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	375,2	56,28	14,07	10,42	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	220,3	33,05	8,26	6,12	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	245,6	36,84	9,21	6,82	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	765,5	114,83	28,71	21,26	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	398,2	59,73	14,93	11,06	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	445,00	66,75	16,69	12,36	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	549,20	82,38	20,60	15,26	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	465,9	69,89	17,47	12,94	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.**

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30466

CARDÁPIO DEZEMBRO

11/12/2026 nº5 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	*ANIVERSARIANTES DO MÊS* SOPA DE CARNE COM LEGUMES GOIABA BOLO TROPICAL DE FRUTAS	MELANCIA	MACARRONADA COM FRANGO E BETERRABA RALADA SOBREMESA: BANANA
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		BOLO TROPICAL DE FRUTAS + SANDUICHE DE CARNE DESFIADA + SUCO DE GOIABA		
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO	MELÃO	ANIVERSARIANTES DO MÊS BOLO TROPICAL DE FRUTAS + SANDUICHE DE CARNE DESFIADA + SUCO DE GOIABA	MELANCIA	MACARRONADA COM FRANGO E BETERRABA RALADA SOBREMESA: BANANA
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ANIVERSARIANTES DO MÊS BOLO TROPICAL DE FRUTAS + SANDUICHE DE CARNE DESFIADA + SUCO DE GOIABA	MELANCIA	ANIVERSARIANTES DO MÊS BOLO TROPICAL DE FRUTAS + SANDUICHE DE CARNE DESFIADA + SUCO DE GOIABA
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ANIVERSARIANTES DO MÊS BOLO TROPICAL DE FRUTAS + SANDUICHE DE CARNE DESFIADA + SUCO DE GOIABA		ANIVERSARIANTES DO MÊS BOLO TROPICAL DE FRUTAS + SANDUICHE DE CARNE DESFIADA + SUCO DE GOIABA
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ANIVERSARIANTES DO MÊS BOLO TROPICAL DE FRUTAS + SANDUICHE DE CARNE DESFIADA + SUCO DE GOIABA	MACARRONADA COM FRANGO E BETERRABA 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)	340	51,00	12,75	9,44	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	375	56,25	14,06	10,42	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	375,2	56,28	14,07	10,42	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	220,3	33,05	8,26	6,12	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	245,6	36,84	9,21	6,82	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	765,5	114,83	28,71	21,26	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	398,2	59,73	14,93	11,06	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	445,00	66,75	16,69	12,36	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	549,20	82,38	20,60	15,26	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	465,9	69,89	17,47	12,94	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.

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30466

CARDÁPIO DEZEMBRO

14/12/2026 n°6 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, BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA	MANGA	POLENTA DE CARNE MOÍDA, SALADA DE ACELGA E TOMATE SOBREMESA: MELANCIA
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, OVOS MEXIDOS, BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA	MANGA	POLENTA DE CARNE MOÍDA, SALADA DE ACELGA E TOMATE SOBREMESA: MELANCIA
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA	MANGA	POLENTA DE CARNE MOÍDA, SALADA DE ACELGA E TOMATE SOBREMESA: MELANCIA
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS, BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA		POLENTA DE CARNE MOÍDA, SALADA DE ACELGA E TOMATE SOBREMESA: MELANCIA
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, OVOS MEXIDOS, BETERRA RALADA SOBREMESA: BANANA	POLENTA DE CARNE MOÍDA, SALADA DE ACELGA 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)	340	51,00	12,75	9,44	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	380	57,00	14,25	10,56	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	695,0	104,25	26,06	19,31	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	245	36,75	9,19	6,81	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	368,0	55,20	13,80	10,22	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	780,1	117,02	29,25	21,67	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	395	59,25	14,81	10,97	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	459,00	68,85	17,21	12,75	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	586,00	87,90	21,98	16,28	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	475	71,25	17,81	13,19	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.

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30466

CARDÁPIO DEZEMBRO

15/12/2026 nº7 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 COM FRANGO DESFIADO SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MANGA	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM INHAME, SALADA DE REPOLHO SOBREMESA: MAMÃO
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO DE POLVILHO				
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (Integral)	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO DE POLVILHO	MAÇÃ	MACARRONADA COM FRANGO DESFIADO SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MANGA	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM INHAME, SALADA DE REPOLHO SOBREMESA: MAMÃO
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO DE POLVILHO		MACARRONADA COM FRANGO DESFIADO SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MANGA	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM INHAME, SALADA DE REPOLHO SOBREMESA: MAMÃO
4 - 5 anos e 11 meses NÍVEL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde			MACARRONADA COM FRANGO DESFIADO SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MANGA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM INHAME, SALADA DE REPOLHO SOBREMESA: MAMÃO
5 anos e 11 meses NÍVEIS I e II (INTEGRAL) 8h-15h * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO DE POLVILHO		MACARRONADA COM FRANGO DESFIADO SALADA DE BETERRABA RALADA SOBREMESA: MANGA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM INHAME, SALADA DE REPOLHO 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)	340	51,00	12,75	9,44	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	380	57,00	14,25	10,56	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	695,0	104,25	26,06	19,31	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	245	36,75	9,19	6,81	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	368,0	55,20	13,80	10,22	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	780,1	117,02	29,25	21,67	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	395	59,25	14,81	10,97	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	459,00	68,85	17,21	12,75	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	586,00	87,90	21,98	16,28	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	475	71,25	17,81	13,19	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.**

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30466

CARDÁPIO DEZEMBRO

16/12/2026 nº8 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 COZIDOS E SALADA DE TOMATE 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	MAMÃO	ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, OVOS COZIDOS E SALADA DE TOMATE SOBREMESA: MAÇÃ
2 a 3 anos e 11 meses MATERNAL I e II (PARCIAL) Manhã e Tarde	LEITE COM CHOCOLATADO CASEIRO + BISCOITO SALGADO		ARROZ E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, OVOS COZIDOS E SALADA DE TOMATE 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 COZIDOS E SALADA DE TOMATE 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 E FEIJOADINHA (FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA), COUVE REFOGADA E RODELAS DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS COZIDOS E SALADA DE 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)	340	51,00	12,75	9,44	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	380	57,00	14,25	10,56	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	695,0	104,25	26,06	19,31	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	245	36,75	9,19	6,81	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	368,0	55,20	13,80	10,22	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	780,1	117,02	29,25	21,67	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	395	59,25	14,81	10,97	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	459,00	68,85	17,21	12,75	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	586,00	87,90	21,98	16,28	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	475	71,25	17,81	13,19	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.**

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30466

CARDÁPIO DEZEMBRO

17/12/2026 nº9 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	MANGA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELÃO
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses * sem adição de açúcar	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E MAÇÃ) COM AVEIA				
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E MAÇÃ) COM AVEIA	MANGA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELÃO
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E MAÇÃ) COM AVEIA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELÃO
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ		ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO E SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MELÃO
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO E MAÇÃ) COM AVEIA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, SALADA DE ALFACE, SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, ESCONDIDINHO DE FRANGO 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)	340	51,00	12,75	9,44	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	380	57,00	14,25	10,56	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Berçário II (integral)	695,0	104,25	26,06	19,31	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Berçário I (parcial)	245	36,75	9,19	6,81	Ca 175mg - Fe 3 mg - Vit. A 175µg - Vit.C 16mg
Berçário II (parcial)	368,0	55,20	13,80	10,22	Ca 200mg - Fe 3,5 mg - Vit. A 200µg - Vit.C 25mg
Maternal I e II (Integral)	780,1	117,02	29,25	21,67	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	395	59,25	14,81	10,97	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	459,00	68,85	17,21	12,75	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	586,00	87,90	21,98	16,28	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	475	71,25	17,81	13,19	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.**

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30456

CARDÁPIO DEZEMBRO

18/12/2026 n°10 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	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MAMÃO	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E PURÊ DE BATATA REFOGADO SOBREMESA: MAÇÃ
BERÇÁRIO 12 meses a 23 meses *** sem adição de açúcar**	LEITE E BROA DE FUBÁ				
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (Integral)**	LEITE E BROA DE FUBÁ	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MAMÃO	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E PURÊ DE BATATA REFOGADO SOBREMESA: MAÇÃ
2 a 3 anos e 11 meses **MATERNAL I e II (PARCIAL)** **Manhã e Tarde**	LEITE E BROA DE FUBÁ		ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MAMÃO	BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E PURÊ DE BATATA REFOGADO SOBREMESA: MAÇÃ
4 - 5 anos e 11 meses **NÍVEL I e II** **(PARCIAL)** **Manhã e Tarde**			ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MAMÃO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E PURÊ DE BATATA REFOGADO SOBREMESA: MAÇÃ
5 anos e 11 meses **NÍVEIS I e II (INTEGRAL)** **8h-15h** * EMEB'S ZULMIRA E PISONI	LEITE E BROA DE FUBÁ		ARROZ, FEIJÃO, MOQUECA DE FILÉ DE PEIXE, SALADA DE ACELGA SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA E PURÊ DE BATATA REFOGADO 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)	340	51,00	12,75	9,44	Ca 290mg - Fe 3,4 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 70mg
Berçário I (integral)	355	53,25	13,31	9,86	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)	218,99	32,85	8,21	6,08	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)	750,26	112,54	28,13	20,84	Ca 450mg - Fe 8mg - Vit. A 450µg - Vit.C 80mg
Maternal I e II (Parcial)	375,13	56,27	14,07	10,42	Ca 400mg - Fe 7mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Nível I e II (Parcial)	433,00	64,95	16,24	12,03	Ca 350mg - Fe 5 mg - Vit. A 350µg - Vit.C 86mg
Nível I e II (Integral)	529,50	79,43	19,86	14,71	Ca 400mg - Fe 7,5 mg - Vit. A 400µg - Vit.C 50mg
Fundamental I (Parcial)	452	67,80	16,95	12,56	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.**

Talita Kumy Goes Silva
Nutricionista CRN 30466