

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 02/03/2026	Terça-Feira 03/03/2026	Quarta-Feira 04/03/2026	Quinta-Feira 05/03/2026	Sexta-Feira 06/03/2026
07:15	CAFÉ DA MANHÃ	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA
9:00	COLAÇÃO	➤ Abacaxi	➤ Melancia	➤ Melão picado	➤ Manga picadinha	➤ Laranja em gomos
10:00	ALMOÇO	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Lombo refogado desfiado com cenoura ➤ Laranja em gomos	➤ Sopa: Arroz, frango, cenoura e abobrinha ➤ Manga picada	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Omelete com espinafre ➤ Melancia picada	➤ Sopa: Macarrão, carne moída, cenoura e batata ➤ Banana amassada	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Frango ensopado ➤ Polenta ➤ Mamão picada
13:00	CAFÉ DA TARDE	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA
15:00	JANTAR	➤ Sopa: Arroz, carne, mandioca e cenoura	➤ Sopa: Macarrão, carne, abóbora e chuchu.	➤ Sopa: Arroz, frango, cenoura e batata	➤ Sopa: Feijão com legumes e macarrão	➤ Sopa: Creme de mandioca com carne

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%	Lipídios 15 a 30%	Carboidratos 55 a 65%	Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)		
Média Semanal	502,53	17g	14%	15g	26%	310,1g	62%	502,53	17g	14%

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatianny R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 09/03/2026	Terça-Feira 10/03/2026	Quarta-Feira 11/03/2026	Quinta-Feira 12/03/2026	Sexta-Feira 13/03/2026
07:15	CAFÉ DA MANHÃ	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA
9:00	COLAÇÃO	➤ Abacaxi picado	➤ Banana amassada	➤ Melão picado	➤ Mamão picado	➤ Suco de laranja
10:00	ALMOÇO	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Ovos mexidos ➤ Salada de beterraba picada ➤ Melancia picada	➤ Sopa: carne, batata, cenoura e arroz. ➤ Gomos de laranja	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Frango ensopado desfiado ➤ Refogado de cenoura e abobrinha ➤ Mamão picado	➤ Sopa: macarrão, carne e abóbora. ➤ Abacaxi picado	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Frango desfiado ➤ Purê de batatas ➤ Melão picado
13:00	CAFÉ DA TARDE	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA
15:00	JANTAR	➤ Sopa: Feijão com legumes e macarrão.	➤ Sopa: Creme de abóbora com frango desfiado.	➤ Sopa: Carne com legumes e arroz.	➤ Sopa Canja: Frango, legumes e arroz.	➤ Sopa: Creme de legumes com macarrão.

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%		Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)
Média Semanal	562,53	26g	19%	17g	28%	78	56%	500mcg	31mg	419mcg	3mg

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatianny R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 16/03/2026	Terça-Feira 17/03/2026	Quarta-Feira 18/03/2026	Quinta-Feira 19/03/2026	Sexta-Feira 20/03/2026			
07:15	CAFÉ DA MANHÃ	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA			
9:00	COLAÇÃO	➤ Abacaxi picado	➤ Melancia picada	➤ Melão picado	➤ Manga picada	➤ Laranja gomos			
10:00	ALMOÇO	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Carne de panela desfiada ➤ Mandioca cozida ➤ Melão picada	➤ Sopa: macarrão, frango e cenoura e chuchu ➤ Laranja gomos.	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Omelete com espinafre ➤ Abacaxi picado	➤ Sopa: arroz, frango, mandioquinha, cenoura ➤ Mamão picado	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Lombo desfiado ➤ Melancia picada			
13:00	CAFÉ DA TARDE	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA			
15:00	JANTAR	➤ Sopa: Arroz, frango, mandioquinha e cenoura	➤ Sopa: Arroz, carne, abóbora e chuchu.	➤ Sopa: Macarrão, frango, cenoura e batata	➤ Sopa: Feijão com legumes e macarrão	➤ Sopa: Creme de mandioca com carne			
% de adequação		103,2	102,7	127,9	88,0	112,4	100,0	180,3	149,0

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%		Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)
Média Semanal	571	27g	19%	16g	25%	84	58%	559mcg	41mg	410mg	2mg

Fonte: * Planilha Plan PNAE / * Tabela TACO / * Rótulos dos alimentos

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatianny R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 23/03/2026	Terça-Feira 24/03/2026	Quarta-Feira 25/03/2026	Quinta-Feira 26/03/2026	Sexta-Feira 27/03/2026
07:15	CAFÉ DA MANHÃ	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	
9:00	COLAÇÃO	➤ Abacaxi picadinho	➤ Purê de Maçã	➤ Mamão picado	➤ Laranja em gomos	
10:00	ALMOÇO	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Carne moída c/ molho ➤ Polenta ➤ Laranja em gomos	➤ Sopa: Arroz, frango, cenoura e batata ➤ Melancia picada	➤ Sopa: macarrão, abobrinha, mandioquinha, carne. ➤ Abacaxi picado	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Frango refogado picadinho ➤ Tomate picado ➤ Banana amassada	FERIADO
13:00	CAFÉ DA TARDE	FÓRMULA LÁCTEA	FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA	FÓRMULA LÁCTEA	
15:00	JANTAR	➤ Sopa: Feijão com legumes e macarrão	➤ Sopa: Creme de abóbora com carne desfiada	➤ Sopa Canja: Frango, legumes e arroz.	➤ Sopa: Legumes, arroz, carne.	

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.
elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%		Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)
Média Semanal	389	26g	19%	17g	28%	78	56%	500mcg	31mg	419mcg	3mg

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatianny R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 30/03/2026	Terça-Feira 31/03/2026	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
07:15	CAFÉ DA MANHÃ	➤ FÓRMULA LÁCTEA	➤ FÓRMULA LÁCTEA			
9:00	COLAÇÃO	➤ Abacaxi picadinho	➤ Purê de Maçã			
10:00	ALMOÇO	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Ovos mexidos ➤ Cenoura cozida ➤ Laranja em gomos	➤ Arroz/ Feijão amassado (mais caldo) ➤ Frango ensopado ➤ Pepino picadinho ➤ Melancia picada			
13:00	CAFÉ DA TARDE	FÓRMULA LÁCTEA	FÓRMULA LÁCTEA			
15:00	JANTAR	➤ Sopa: Feijão com legumes e macarrão.	➤ Sopa: Creme de abóbora com carne desfiada.			

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.
elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%		Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)
Média Semanal	375	24g	16%	17g	29%	70g	56%	425mcg	26mg	418mg	3mg

****Cardápio sujeito a alterações****

NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.

FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.



Tatianny R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica