

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
19h30	Refeição	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo refogado c/ cenoura e batata doce 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango desfiado com legumes (cenoura, abobrinha e pimentão) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete com espinafre 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Macarrão com molho e carne moída ➤ Salada de alface ➤ Banana 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Sobrecoxa ensopada ➤ Polenta ➤ Melancia

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

	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%	
Média Semanal – 4 a 5 anos	551,19	29 g	21%	15 g	551,19	29 g	21%

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.



TATYANY R. TASSO KVINT
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiany 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
19h30	Refeição	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Ovos mexidos ➤ Salada de Beterraba 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo refogado com batatas 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Sobrecoxa ensopada ➤ Farofa de legumes (cenoura e abobrinha raladas) ➤ Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne de panela com abóbora ➤ Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Escondidinho de purê de batatas com frango desfiado ➤ Salada de tomates

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

	Kcal	Proteínas 10 a 15%	Lipídios 15 a 30%	Carboidratos 55 a 65%
Média Semanal – 4 a 5 anos	554,17	26 g	19%	15 g
				554,17
				26 g
				19%

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
19h30	Refeição	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne com mandioca 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Macarrão ao molho ➤ Cubos frango refogado ➤ Salada de chuchu 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Peixe assado com batata, tomate e cebola ➤ Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango assado ➤ Salada de beterraba 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz ➤ Feijoadinha com lombo ➤ Vinagrete (tomate e cebola) ➤ Laranja

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

	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%	
Média Semanal – 4 a 5 anos	543,57	25 g	18%	16 g	543,57	25 g	18%

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
19h30	Refeição	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne moída com molho ➤ Polenta 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete com legumes (cenoura, batata, tomate) 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão Preto ➤ Lombo refogado ➤ Virado de abobrinha ➤ Banana 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Estrogonofe de frango ➤ Salada de Alface 	FERIADO

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

	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%	
Média Semanal – 4 a 5 anos	551,19	29 g	21%	15 g	551,19	29 g	21%

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 30/03/2026	Terça-Feira 31/03/2026	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
19h30	Refeição	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Ovos mexidos ➤ Salada de Cenoura 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Isca frango refogado ➤ Salada de acelga c/ tomates 			

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

	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%	
Média Semanal – 4 a 5 anos	311,38	14g	18%	7g	18%	49g	63%

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