



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 1 ANO - OUTUBRO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 29/set	Terça 30/set	Quarta 01/out	Quinta 02/out	Sexta 03/out
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Banana	Leite + Papinha de Pera	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Laranja	Leite + Papinha de Pera
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Legumes	Papinha de: Feijão Preto, Arroz, Farofa de Ovos e Salada de Tomate com Repolho	Papinha de: Arroz, Feijão, Frango ao Molho c/ Salada de Tomate e Alface	Papinha de: Arroz, Feijão, Carne c/ Abóbora Cozida e Salada de Repolho	Papinha de: Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes (abóbora, batata e repolho)
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Laranja	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Papinha de Banana	Leite + Papinha de Pera	Mingau de Canjica c/ Banana
Jantar 15h às 15:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Composição Nutricional	Kcal 552, Prot 32,1, Lip 22,7, CHO 56,7, Ca 717, Fe 1,52	Kcal 694, Prot 24,0, Lip 24,0, CHO 55,7, Ca 515, Fe 2,10	Kcal 673, Prot 33,2, Lip 27,5, CHO 75,8, Ca 736, Fe 2,07	Kcal 765, Prot 37,0, Lip 33,0, CHO 84,0, Ca 792, Fe 2,49	Kcal 833, Prot 38,7, Lip 26,9, CHO 105,0, Ca 736, Fe 3,16

SEMANA DAS CRIANÇAS

Cardápio Data/Horário	Segunda 06/out	Terça 07/out	Quarta 08/out	Quinta 09/out	Sexta 10/out
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Banana	Leite + Laranja	Leite + Papinha de Manga	Leite + Papinha de Banana	Leite + Papinha de Maçã
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha	Papinha de: Arroz, Feijão Preto, Carne Moída com Tomate e Couve-Flor	Papinha de: Arroz, Feijão, Sobrecoxa de Frango ao Molho com Mandioca e Salada de Beterraba com Cenoura	Papinha de: Arroz, Feijão, Carne em Cubos Cozida, Polenta e Salada de Acelga c/ tomate	Papinha de: Arroz, Feijão, Omelete de Forno com Jardineira + Fruta
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Papinha de Manga	Leite + Papinha de Melancia	Leite + Laranja	Mingau de Canjica c/ Banana
Jantar 15h às 15:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite
Composição Nutricional	Kcal 764, Prot 41,9, Lip 25,5, CHO 94,6, Ca 758, Fe 2,19	Kcal 660, Prot 36,5, Lip 28,1, CHO 66,6, Ca 737, Fe 2,48	Kcal 726, Prot 38,0, Lip 26,3, CHO 85,2, Ca 748, Fe 2,03	Kcal 693, Prot 37,6, Lip 26,2, CHO 78,8, Ca 762, Fe 2,36	Kcal 759, Prot 30,1, Lip 32,7, CHO 86,2, Ca 805, Fe 1,48

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes do Guia Alimentar para População Brasileira e do Guia Alimentar para menores de 2 anos, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Por legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

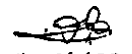
* Cardápio sujeito a alteração

Vanessa Sales de O. Rios
Nutricionista
CRN-3 77837

Profa. Aline de Paula
Nutricionista
CRN-3 68679

CARDÁPIO BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 1 ANO - OUTUBRO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 13/out						Terça 14/out						Quarta 15/out						Quinta 16/out						Sexta 17/out					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Banana com aveia						Leite + Papinha de Banana						Leite + Laranja						Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Maçã					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Sobrecoxa com Cheiro Verde e Brócolis Refogado						Papinha de: Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas e Couve Refogada						Papinha de: Arroz, Feijão, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Beterraba						Papinha de: Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga						Papinha de: Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Manga						Leite + Papinha de Banana						Leite + Laranja						Mingau de Aveia + Banana Picada					
Jantar 15h às 15:30h	Leite						Leite						Leite						Leite						Leite					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	911	39,2	31,9	120,6	768	3,99	776	36,8	25,6	103,0	816	2,23	726	36,4	25,9	88,2	728	2,64	637	31,9	26	70	728	1,60	799	35,8	27,8	105,3	774	3,60
Cardápio Data/Horário	Segunda 20/out						Terça 21/out						Quarta 22/out						Quinta 23/out						Sexta 24/out					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Pera						Leite + Laranja						Leite + Papinha de Maçã					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Legumes + Feijão						Papinha de: Feijão Preto, Arroz, Farofa de Iscas Suínas e Salada de Couve c/ Tomate						Papinha de: Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Mandioca + Salada de Alface						Papinha de: Arroz, Feijão, Paleta em Tiras c/ Palmito Refogado e Salada de Alface						Papinha de: Arroz, Feijão, Omelete com Jardineira					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Laranja						Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Pera						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Leite						Leite						Leite						Leite						Leite					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	694,055	38,0931	23,3418	83,903	730,394	1,31093	881	35,7	29,8	121,0	822	2,45	759	40,8	24,6	95,7	743	3,39	656	37,1	26,6	68,8	741	2,02	775	30,5	31,2	94,3	653	2,42
Cardápio Data/Horário	Segunda 27/out						Terça 28/out						Quarta 29/out						Quinta 30/out						Sexta 31/out					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Pera						Leite + Laranja						Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Pera					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Carne Moida com Chuchu e Tomate						Papinha de: Feijão Preto, Arroz c/ Jardineira, Farofa de Iscas Suínas e Salada de Couve c/ Tomate						Papinha de: Arroz, Feijão c/ Abóbora, Paleta em Tiras c/Batata e Salada de Repolho						Papinha de: Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Abóbora Cozida e Salada de Repolho						Papinha de: Arroz, Feijão, Ovos mexidos com Jardineira e Salada de Repolho com Tomate					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Pera						Leite + Laranja						Mingau de Aveia + Banana Picada					
Jantar 15h às 15:30h	Leite						Leite						Leite						Leite						Leite					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	738,631	36,2572	24,54267	96,0523	732,121	2,65853	697	34,7	29,6	74,9	793	1,72	690	37,2	24,6	81,4	736	2,48	701	39,8	26,4	77,5	732	2,59	685	28,7	30,5	73,3	600	2,54


 Vanessa Sales de O. Lima
 Nutricionista
 CRN-3 77837





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO CEI - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 1 ANO A 3 ANOS - OUTUBRO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 29/set						Terça 30/set						Quarta 01/out						Quinta 02/out						Sexta 03/out					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Ovos Mexidos c/ tomate						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Legumes						Leite c/ Cereal s/ açúcar + Fruta					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Legumes						Feijão Preto, Arroz, Farofa de Ovos e Salada de Tomate com Repolho						Arroz, Feijão, Frango ao Molho c/ Salada de Tomate e Alface						Arroz, Feijão, Carne c/ Abóbora Cozida e Salada de Repolho						Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes (abóbora, batata e repolho)					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Laranja						Leite + Maçã						Leite + Banana						Leite + Pera						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão a bolonhesa rico (tomate, cenoura)						Risoto de Frango com Legumes (brócolis, mandioquinha, tomate)						Arroz, Feijão, Carne de Moída com Mandioquinha						Galinhada (arroz, frango, brócolis e tomate)						Risoto de Atum + Salada de Alface c/ Tomate					
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	906	51,8	29,9	108,2	575	4,20	999	42,2	36,3	103,7	565	3,63	890	46,0	45,2	104,4	564	5,04	807	42,5	23,3	96,1	526	2,69	933	45,3	20,3	116,3	646	5,07



SEMANA DAS CRIANÇAS



Cardápio Data/Horário	Segunda 06/out						Terça 07/out						Quarta 08/out						Quinta 09/out						Sexta 10/out					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Farofa de Ovos						Leite + Torta de Legumes						Vitamina De Fruta + Pão c/ Doce de Banana s/Açúcar					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha						Arroz, Feijão Preto, Carne Moída com Tomate e Couve-Flor						Arroz, Feijão, Sobrecoxa de Frango ao Molho com Mandioca e Salada de Beterraba com Cenoura						Arroz, Feijão, Carne em Cubos Cozida, Polenta e Salada de Acelga c/ tomate						Arroz, Feijão, Omelete de Forno com Jardineira + Fruta					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Maçã						Leite + Manga						Leite + Melancia						Leite + Laranja						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Purê de Mandioquinha com Carne em Cubos desfiada c/ Tomate e Brócolis Refogado						Risoto de Peito de Frango com Inhame e Legumes						Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes						Canja de Galinha (Sassami) com Legumes						Risoto de Carne com Legumes (brócolis, inhame, tomate)					
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	849	44,6	36,8	104,4	535	3,72	931	52,2	28,5	113,3	549	4,54	859	53,9	185,1	91,3	586	5,07	895,89064	54,516415	25,454333	98,160851	612,9068	3,0131333	999,41957	45,699197	28,842767	139,55364	701,34927	6,6532

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes do Guia Alimentar para População Brasileira e do Guia Alimentar para menores de 2 anos, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Como legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

* Cardápio sujeito a alteração

Manoela Sales de A. Rom
Nutricionista
CRN-3 77837

Manoela Sales de A. Rom
Nutricionista
CRN-3 77837

CARDÁPIO CEI - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 1 ANO A 3 ANOS - OUTUBRO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 13/out						Terça 14/out						Quarta 15/out						Quinta 16/out						Sexta 17/out					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Farofa de Banana Prata						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Atum						Leite + Cereal sem açúcar e Fruta					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Sobrecoxa com Cheiro Verde e Brócolis Refogado						Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas e Couve Refogada						Arroz, Feijão, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Beterraba						Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga						Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Maçã						Leite + Manga						Leite + Banana						Leite + Laranja						Mingau de Aveia + Banana Picada					
Jantar 15h às 15:30h	Macarronada com Almôndega 100% de Carne Bovina e Legumes						Polenta, Feijão, Frango Sassami cozido ao Molho com Abobrinha						Risoto de Peito de Frango com Legumes (brócolis, inhame, tomate)						Purê de Mandioquinha com Carne em Cubos desfiada c/ Tomate e Brócolis Refogado						Sopa de Macarrão c/ Paleta em Tiras e Legumes					
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	863	44,9	31,1	103,2	562	4,14	939	58,8	26,7	118,0	678	3,89	842	51,8	41,3	93,8	542	4,56	853	52,7	31,0	88,2	541	3,65	965,84248	43,784695	20,383633	125,22395	670,691	5,2848667
Cardápio Data/Horário	Segunda 20/out						Terça 21/out						Quarta 22/out						Quinta 23/out						Sexta 24/out					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Ovos mexidos com Tomate						Leite + Torta de Legumes						Leite + Cereal sem açúcar e Fruta					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Legumes + Feijão						Feijão Preto, Arroz, Farofa de Iscas Suínas e Salada de Couve c/ Tomate						Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Mandioca + Salada de Alface						Arroz, Feijão, Paleta em Tiras c/ Palmito Refogado e Salada de Alface						Arroz, Feijão, Omelete com Jardineira					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Laranja						Leite + Maçã						Leite + Banana						Leite + Pera						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão a bolonhesa rico						Risoto de Frango Sassami com Legumes (brócolis, mandioquinha, tomate)						Sopa de Macarrão c/ Carne em Cubos e Legumes (abóbora, batata e repolho)						Galinhada (arroz, frango, inhame, brócolis e tomate)						Risoto de Atum + Salada de Alface c/ Tomate					
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	887,67831	50,62929	29,213433	104,92885	564,13067	3,6651333	952	61,8	29,9	108,6	615	3,17	977	58,8	167,9	114,3	548	6,21	845	55,2	27,8	92,5	576	3,61	975	40,2	19,5	130,8	647	4,38
Cardápio Data/Horário	Segunda 27/out						Terça 28/out						Quarta 29/out						Quinta 30/out						Sexta 31/out					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Ovos Mexidos com Cheiro Verde						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Frango						Suco de Polpa s/ Açúcar Pão c/ Requeijão Caseiro					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Carne Moída com Chuchu e Tomate						Feijão Preto, Arroz c/ Jardineira, Farofa de Iscas Suínas e Salada de Couve c/ Tomate						Arroz, Feijão c/ Abóbora, Paleta em Tiras c/Batata e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Abóbora Cozida e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Ovos mexidos com Jardineira e Salada de Repolho com Tomate					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana						Leite + Maçã						Leite + Pera						Leite + Laranja						Mingau de Aveia + Banana Picada					
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão c/ Peito de Frango desfiado com Jardineira e Purê de abóbora						Polenta, Farofa de Lentilha, Carne em Cubos com Inhame + Brócolis c/ Tomate						Galinhada (arroz, frango, brócolis, e tomate)						Risoto de Frango com Legumes (brócolis, mandioquinha, tomate)						Sopa de Macarrão c/ Carne em Cubos e Legumes (abóbora, batata)					
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	907,15247	51,001629	28,456167	112,05492	522,8549	3,5154333	977	57,1	31,2	118,7	617	4,27	933	49,7	43,6	99,9	570	4,95	859	60,3	24,1	98,3	570	3,21	1048	49,5	31,4	141,0	420	6,28

Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020. Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

* Cardápio sujeito a alteração


Vanessa Sales de O. Gomes
Nutricionista
CRN-3 77837





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - OUTUBRO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 29/set						Terça 30/set						Quarta 01/out						Quinta 02/out						Sexta 03/out					
DESJEJUM	Leite + Ovos Mexidos c/ tomate						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Legumes						Leite c/ Cereal s/ açúcar + Fruta					
REFEIÇÃO	Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Legumes						Feijão Preto, Arroz, Farofa de Ovos e Salada de Tomate com Repolho + Fruta						Arroz, Feijão, Carne Moída ao Molho c/ Salada de Tomate e Alface + Fruta						Arroz, Feijão, Carne Cubos c/ Abóbora Cozida e Salada de Repolho + Fruta						Risoto de Atum + Salada de Alface c/ Tomate					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	527,786	31,1211	15,6192	65,7112	307,733	2,76133	605,753	30,6476	15,9287	76,4799	285,516	2,58927	752,594	24,3308	69,2665	37,1518	275,259	2,48073	785,621	31,398	52,4104	48,2626	261,121	2,40803	623,779	28,6287	9,25703	78,1679	368,579	4,33273

SEMANA DAS CRIANÇAS

Cardápio Data/Horário	Segunda 06/out						Terça 07/out						Quarta 08/out						Quinta 09/out						Sexta 10/out					
DESJEJUM	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Farofa de Ovos						Leite + Torta de Legumes						Vitamina De Fruta + Pão c/ Doce de Banana s/ Açúcar					
REFEIÇÃO	Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha						Arroz, Feijão Preto, Carne Moída com Tomate e Couve-Flor + Fruta						Arroz, Feijão, Sobrecoxa de Frango Cozido ao Molho com Mandioca e Salada de Beterraba com Cenoura + Fruta						Arroz, Feijão, Carne em Cubos Cozida, Polenta e Salada de Acelga c/ tomate + Fruta						Arroz, Feijão, Omelete de Forno com Jardineira					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	532,008	36,9744	12,9907	65,812	277,395	2,86203	622,189	34,3364	19,0997	78,1977	288,768	3,77973	611,558	34,858	13,7614	65,6522	326,137	3,0724	523,746	33,1541	17,5967	56,3838	284,491	2,3626	630,912	21,1509	14,8937	96,5823	425,467	6,92413
Cardápio Data/Horário	Segunda 13/out						Terça 14/out						Quarta 15/out						Quinta 16/out						Sexta 17/out					
DESJEJUM	Leite + Farofa de Banana Prata						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Atum						Leite + Cereal sem açúcar e Fruta					
REFEIÇÃO	Macarronada com Almôndega 100% de Carne Bovina e Legumes						Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas e Couve Refogada						Arroz, Feijão, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Beterraba						Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga						Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	542,217	28,8122	15,4612	73,0416	289,383	2,48067	662,543	40,226	18,6879	84,6507	422,243	3,0884	566,387	37,4398	34,3934	53,6837	290,846	4,6394	632,627	40,6722	21,1188	67,5196	289,891	3,03053	516,991	20,6324	6,73323	66,6193	400,379	3,99033

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

* Cardápio sujeito a alteração

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes da Guia Alimentar para População Brasileira e, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Por legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

Vanessa Sales de O. Gomes
Nutricionista
CRN-1 77837



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - OUTUBRO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 20/out						Terça 21/out						Quarta 22/out						Quinta 23/out						Sexta 24/out					
DESJEJUM	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Ovos mexidos com Tomate						Leite + Torta de Legumes						Leite + Cereal sem açúcar e Fruta					
REFEIÇÃO	Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Legumes + Feijão						Feijão Preto, Arroz, Farofa de Iscas Suínas e Salada de Couve c/ Tomate						Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Mandioca + Salada de Alface						Arroz, Feijão, Paleta em Tiras c/ Palmito Refogado e Salada de Alface						Arroz, Feijão, Omelete com Jardineira					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	558	34,8386	13,6294	70,7404	305,924	2,75647	628,565	35,4539	18,7295	80,1306	359,034	2,782	608,56	37,7991	227,007	67,4164	308,217	4,55913	609,799	37,6811	18,3703	70,0092	305,329	3,714	649,177	22,668	14,888	104,388	511,739	6,733
Cardápio Data/Horário	Segunda 27/out						Terça 28/out						Quarta 29/out						Quinta 30/out						Sexta 31/out					
DESJEJUM	Leite + Ovos Mexidos com Cheiro Verde						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Frango						Suco de Polpa s/ Açúcar Pão c/ Requeijão Caseiro					
REFEIÇÃO	Macarrão a Bolonhesa Rico (Chuchu, Couve e Tomate)						Feijão Preto, Arroz c/ Jardineira, Farofa de Isclas Suínas e Salada de Couve c/ Tomate						Arroz, Feijão c/ Abóbora, Paleta em Tiras c/ Batata e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Isclas de Patinho c/ Abóbora Cozida e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Ovos mexidos com Jardineira e Salada de Repolho com Tomate					
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	477,423	26,3777	17,1179	53,6612	276,689	2,56617	559,277	32,906	18,4472	66,1106	346,369	2,17273	516,046	27,1085	32,8753	56,3777	301,383	4,24287	503,436	37,5479	13,6793	56,1823	281,686	2,5766	520,393	18,7176	19,4635	65,0841	205,762	2,82817

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

* Cardápio sujeito a alteração

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes do Guia Alimentar para População Brasileira e, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Por legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

Gláucia Sales de O. Aguiar
Nutricionista
CRN-3 77187

Flávia Aguiar de Sousa
Nutricionista
CRN-3 77187

CARDÁPIO DESJEJUM - PERÍODO PARCIAL - FUNDAMENTAL - OUTUBRO/2025

Cardápio Data	Segunda 29/set						Terça 30/set						Quarta 01/out						Quinta 02/out						Sexta 03/out					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						CANJICA					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
Nutricional	375,36	14,186	15,453	34,481	369,72	0,6493	319,58	13,007	12,5313	29,981	358,16	0,4173	319,58	13,007	12,5313	29,981	358,16	0,41733	319,58	13,007	12,5313	29,981	358,16	0,4173	410,59	8,2006	3,82633	89,962	130,42	0,4453

SEMANA DAS CRIANÇAS

Cardápio Data	Segunda 06/out						Terça 07/out						Quarta 08/out						Quinta 09/out						Sexta 10/out					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						IOGURTE + PÃO C/ DOCE DE BANANA S/ AÇÚCAR					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
Nutricional	375,36	14,18	15,45	34,5	369,72	0,65	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	329,37	8,8676	4,12733	65,643	134,74	1,6385
Cardápio Data	Segunda 13/out						Terça 14/out						Quarta 15/out						Quinta 16/out						Sexta 17/out					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						CANJICA					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
Nutricional	375,36	14,18	15,45	34,5	369,72	0,65	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	410,59	8,2	3,82	89,96	130,42	0,44
Cardápio Data	Segunda 20/out						Terça 21/out						Quarta 22/out						Quinta 23/out						Sexta 24/out					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						TORTA DE ATUM + SUCO DE POLPA					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
Nutricional	375,36	14,18	15,45	34,5	369,72	0,65	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	278,69	9,8704	10,6757	36,294	24,207	1,3145
Cardápio Data	Segunda 27/out						Terça 28/out						Quarta 29/out						Quinta 30/out						Sexta 31/out					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						SUCO POLPA + PÃO REQUEIJÃO CASEIRO					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
Nutricional	375,36	14,18	15,45	34,5	369,72	0,65	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	358,88	11,097	15,8366	43,01	194,77	1,6446

Incentivar o consumo de água às crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020.

* Cardápio sujeito a alteração

Tárcio Sá de O. Rêgo
Nutricionista
CRN-3 77837

CARDÁPIO REFEIÇÃO - PERÍODO PARCIAL - FUNDAMENTAL - OUTUBRO/2025

Cardápio Data	Segunda 29/set						Terça 30/set						Quarta 01/out						Quinta 02/out						Sexta 03/out					
Refeição	MACARRÃO A BOLONHESA COM LEGUMES						ARROZ, FEIJÃO PRETO, FRANGO COM INHAME COZIDA E SALADA DE ALFACE COM TOMATE						ARROZ, FEIJÃO, CARNE BOVINA C/ CALDO DE ÁBOBORA E SALADA DE REPOLHO						SALADA DE TOMATE E REPOLHO, ARROZ, FEIJÃO, ESTROGONOFÉ DE FRANGO C/ CALDO DE INHAME						RISOTO DE ATUM + SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	388,24	23,319	10,125	50,094	27,642	2,711	384,89	20,339	4,7246	63,977	60,402	1,3629	478,91	28,096	8,0892	73,507	65,388	3,0601	407,21	19,226	7,65115	64,56	52,382	2,29718	322,61	20,413	6,00737	44,91	35,017	1,01445

SEMANA DAS CRIANÇAS

Cardápio Data	Segunda 06/out						Terça 07/out						Quarta 08/out						Quinta 09/out						Sexta 10/out					
Refeição	RISOTO DE ATUM + SALADA DE TOMATE						ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA DE CARNE SUÍNA COM COUVE REFOGADA						ARROZ, FEIJÃO, PEITO DE FRANGO COZIDO AO MOLHO COM MANDIOCA E SALADA DE BETERRABA C/ CENOURA						ARROZ, FEIJÃO, ISCA DE PATINHO COZIDA, POLENTA E SALADA DE ACELGA C/ TOMATE						ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM LEGUMES + FRUTA					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	309,83	19,52	5,94113	42,111	9,2261	0,8529	467,26	25,898	7,34363	72,636	86,717	1,8339	406,35	27,794	4,8596	61,336	54,98	1,3486	466,82	27,794	4,8596	61,336	54,98	1,3486	406,58	15,067	7,08393	68,488	51,162	1,93707

Cardápio Data	Segunda 13/out						Terça 14/out						Quarta 15/out						Quinta 16/out						Sexta 17/out					
Refeição	MACARRONADA COM ALMÔNDEGA 100% DE CARNE BOVINA E LEGUMES						ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA DE ISCAS SUÍNAS E COUVE REFOGADA						ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE PATINHO COM MANDIOCA, E SALADA DE BETERRABA						ARROZ, ESTROGONOFÉ DE FRANGO SASSAMI C/ CALDO DE INHAME, FEIJÃO E SALADA DE TOMATE C/ ACELGA						MEXIDÃO DE ARROZ C/ OVOS, FEIJÃO E LEGUMES + SALADA DE CENOURA COM TOMATE					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	447,37	21,339	13,7	56,722	25,788	3,4089	417,18	29,165	6,30516	55,989	50,474	1,6184	547,14	37,442	8,93923	75,358	50,76	1,2894	430,45	19,509	7,70347	68,203	50,899	2,35513	408,26	15,401	7,0813	60,334	177,83	2,22307

Obs. Como Salada compreende-se as opções de Hortaliças dispostas no cardápio ao longo da semana.

Obs. Como LEGUMES compreende-se as opções dispostas no cardápio ao longo da semana.

* Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020.

* Cardápio sujeito a alteração

Vanessa Sales de O. Rosa
Nutricionista
CRN-3 77837

Thais Alvim M. Henriques
Nutricionista
CRN-3 69165



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO REFEIÇÃO - PERÍODO PARCIAL - FUNDAMENTAL - OUTUBRO/2025

Cardápio Data	Segunda 20/out						Terça 21/out						Quarta 22/out						Quinta 23/out						Sexta 24/out					
Refeição	RISOTO DE ATUM + SALADA DE TOMATE						FEIJÃO PRETO, ARROZ, FAROFA DE ISCAS SUÍNAS, SALADA DE COUVE C/ TOMATE						ARROZ, FEIJÃO, FRANGO SASSAMI COZIDO AO MOLHO C/ INHAME E SALADA DE ALFACE						ARROZ, FEIJÃO, PALETA EM TIRAS C/ PALMITO REFOGADO E SALADA DE ALFACE						ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM CHUCHU E LEGUMES					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	442,69	24,724	6,64337	69,715	45,298	2,7857	489,39	20,324	10,509	78,319	136,41	2,1647	342,71	23,493	6,51277	45,492	21,366	0,9506	428,33	27,888	7,80697	61,327	61,517	3,2508	408,83	18,729	9,92683	58,253	67,375	2,43607
Cardápio Data	Segunda 27/out						Terça 28/out						Quarta 29/out						Quinta 30/out						Sexta 31/out					
Refeição	MACARRÃO AO SUGO C/ PEITO DE FRANGO DESFIADO COM LEGUMES						FEIJÃO PRETO, ARROZ, FAROFA DE ISCAS SUÍNAS, SALADA DE COUVE C/ TOMATE						ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO C/ BATATA + SALADA DE TOMATE E REPOLHO						ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE PATINHO C/ ABÓBORA COZIDA E SALADA DE REPOLHO						ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM LEGUMES E SALADA					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	409,68	26,484	5,4488	62,726	30,333	1,654	466,66	26,314	6,06783	75,123	65,782	1,9541	386,6	21,201	9,16677	53,146	15,447	2,3837	461,61	31,27	7,95697	66,096	61,071	3,85273	427,45	19,572	9,99587	62,742	88,121	2,65623

Obs. Como Salada compreende-se as opções de Hortaliças dispostas no cardápio ao longo da semana.

Obs. Como LEGUMES compreende-se as opções dispostas no cardápio ao longo da semana.

* Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020.

* Cardápio sujeito a alteração


Vanessa Sales de O. Rosa
Nutricionista
CRN-3 77837


Thais Alves M. Henriol
Nutricionista
CRN-3 89188

						SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE																									
CARDÁPIO REFEIÇÃO VEGETARIANA - OUTUBRO/2025																															
Cardápio Data	Segunda 29/set						Terça 30/set						Quarta 01/out						Quinta 02/out						Sexta 03/out						
Refeição	MACARRONADA COM BRÓCOLIS						SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE + RISOTO DE LEGUMES						SALADA DE REPOLHO + ARROZ / FEIJÃO + INHAME COZ.						SOPA DE LEGUMES + FRUTA						SALADA DE TOMATE+ RISOTO DE LEGUMES						
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	
	270	10,9	3,7	51,5	54,3	1,0	305	6,2	2,5	62,7	30,8	0,4	313	8,8	3,2	62,2	42,9	1,4	298	4,4	2,5	64,5	26,6	0,2	298	6,1	2,5	61,6	30,6	0,4	
 SEMANA DAS CRIANÇAS 																															
Cardápio Data	Segunda 06/out						Terça 07/out						Quarta 08/out						Quinta 09/out						Sexta 10/out						
Refeição	SALADA DE TOMATE + RISOTO DE LEGUMES						COUVE REFOGADA + FEIJÃO PRETO + ARROZ + FAROFA DE BANANA						BETERRABA C/ CENOURA + ARROZ, FEIJÃO + MANDIOQ. COZ.						SALADA DE ACELGA C/ TOMATE, FEIJÃO, ARROZ + POLENTA						ARROZ / FEIJÃO + OMELETE DE FORNO C/ LEGUMES						
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	
	270	10,9	3,7	51,5	54,3	1,0	299	6,1	2,5	61,8	30,9	0,4	328	8,4	2,9	64,0	44,4	1,3	390	8,5	3,1	82,8	29,8	0,8	525	16,0	18,3	72,6	102,76	2,9	
Cardápio Data	Segunda 13/out						Terça 14/out						Quarta 15/out						Quinta 16/out						Sexta 17/out						
Refeição	MACARRONADA COM JARDINEIRA						COUVE REFOGADA + FEIJÃO PRETO ARROZ + FAROFA DE LENTILHA						SALADA DE BETERRABA + ARROZ / FEIJÃO / MANDIOCA COZ.						SOPA DE LEGUMES + FRUTA						SALADA: CENOURA C/ TOMATE + ARROZ/FEIJÃO/FAROFA DE OVOS						
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	
	264	10,8	1,6	54,2	36,4	0,9	393	8,5	3,1	83,2	35,4	0,7	329	8,7	3,4	66,6	57,6	1,3	298	4,4	2,5	64,5	26,6	0,2	526	16,0	18,2	72,7	101,2	2,9	
Cardápio Data	Segunda 20/out						Terça 21/out						Quarta 22/out						Quinta 23/out						Sexta 24/out						
Refeição	SALADA DE TOMATE + RISOTO DE LEGUMES						COUVE REFOGADA + FEIJÃO PRETO ARROZ + FAROFA DE BANANA						SALADA DE TOMATE C/ ALFACE + ARROZ / FEIJÃO / INHAME COZ.						RISOTO DE PALMITO + SALADA DE ALFACE C/ TOMATE						ARROZ / FEIJÃO + OMELETE DE FORNO C/ LEGUMES						
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	
	264	10,8	1,6	54,2	36,4	0,9	399	8,6	3,6	84,0	29,6	0,9	299	8,9	2,9	59,2	52,4	1,5	298	4,4	2,5	64,5	26,6	0,2	525	16,0	18,3	72,6	102,76	2,9	
Cardápio Data	Segunda 27/out						Terça 28/out						Quarta 29/out						Quinta 30/out						Sexta 31/out						
Refeição	MACARRONADA COM BRÓCOLIS						COUVE REFOGADA + FEIJÃO PRETO ARROZ + FAROFA DE LENTILHA						SALADA DE TOMATE C/ REPOLHO + ARROZ / FEIJÃO / BATATA COZ.						SOPA DE FEIJÃO C/ ABÓBORA, REPOLHO + FRUTA						SALADA DE ALFACE C/ TOMATE+ RISOTO DE LEGUMES						
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	
	264	10,8	1,6	54,2	36,4	0,9	399	8,6	3,6	84,0	29,6	0,9	299	8,9	2,9	59,2	52,4	1,5	380,02	11,38	4,25	77,58	92,94	2,97	298	6,1	2,5	61,6	30,6	0,4	


 Vanessa Sales de O. Alves
 Nutricionista
 CRN-3 77837

Em caso de alunos com necessidades alimentares especiais (ANAEE), seguir fluxograma de atendimento.



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUÍÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO PEI - OUTUBRO 2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 29/set						Terça 30/set						Quarta 01/out						Quinta 02/out						Sexta 03/out					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Pão de Mel						Leite com Cacau + Biscoito Integral c/ Requeijão Caseiro						Leite com Cacau + Quibe de forno com Legumes						Chá + Torta de Legumes						Canjica					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Banana						Maçã						Laranja						Fruta						Risoto de Atum + Salada					
Almoço 11h às 12h	Arroz, Feijão, Frango com Purê de Abóbora						Arroz, Feijão com Abóbora, Frango Cozido e Salada de Repolho com Tomate						Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Inhame e Salada de Repolho						Salada de Tomate e Repolho, Arroz, Estrogonofe de Frango c/ Inhame						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarrão a bolonhesa c/ Legumes						Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes						Galinhada						Risoto de Carne com Legumes											
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	1145	54,6	29,3	152,8	323	5,78	1160	53,9	31,2	150,4	366	3,97	1226	68,1	22,6	177,0	383	5,16	1257	51,6	28,0	175,8	353	4,84	531	22,5	7,9	92,2	119	1,00

SEMANA DAS CRIANÇAS

Cardápio Data/Horário	Segunda 06/out						Terça 07/out						Quarta 08/out						Quinta 09/out						Sexta 10/out					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito de Cacau Integral						Leite com Cacau + Biscoito Integral c/ Requeijão Caseiro						Leite com Cacau + Quibe de forno com Legumes						Chá + Torta de Legumes						Iogurte + Pão com Doce de Banana s/ Açúcar					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Banana						Maçã						Laranja						Melancia						Arroz, Feijão, Omelete de Forno com Legumes + Fruta					
Almoço 11h às 12h	Risoto de Atum + Salada de Tomate						Arroz, Feijão Preto, Farofa de Carne Suína com Couve Refogada						Arroz, Feijão, Peito de Frango Cozido ao Molho com Mandioca e Salada de Beterraba com Cenoura						Arroz, Feijão, Paleta em Tiras, Polenta e Salada de Acelga c/ tomate						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarronada de Peito de Frango						Risoto de Sobrecoxa de Frango com Inhame e Legumes						Sopa de Macarrão c/ Carne em Cubos e Legumes						Canja de Galinha (Sassami) com Legumes											
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	1173	60,9	27,5	158,7	356	5,66	1206	55,6	#REF!	163,6	401	3,41	1281	76,7	27,7	168,8	382	5,96	1151,47	60,3	26,34	168,87	322,8	4,08	846,02	29,01986	13,10993	151,5544	261,0654	#REF!

Cardápio Data/Horário	Segunda 13/out						Terça 14/out						Quarta 15/out						Quinta 16/out						Sexta 17/out					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito de Cacau Integral						Leite com Cacau + Biscoito Integral c/ Requeijão Caseiro						Leite com Cacau + Quibe de forno com Legumes						Chá + Bolo sem Recheio						Canjica					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Banana						Maçã						Laranja						Fruta						Mexidão de Arroz c/ Ovos, Feijão e Legume + Salada de Cenoura com Tomate					
Almoço 11h às 12h	Arroz, Feijão, Sobrecoxa com Cheiro Verde e Abobrinha refogada						Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas e Couve Refogada						Arroz, Feijão, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Beterraba						Arroz, Estrogonofe de Frango Sassami c/ caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarronada com Almôndega 100% de Carne Bovina e Legumes						Canja de Galinha (Peito) com Legumes						Risoto de Frango Sassami com Legumes						Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes											
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	1230	53,8	37,8	157,8	359	4,53	1174	53,8	29,0	163,8	330	3,57	1158	55,4	25,4	166,2	327	5,91	1091	49,5	20,7	176,6	110	5,50	672	25,0	15,4	99,5	231	2,47

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Observação: Como legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

* Cardápio sujeito a alteração

Terezinha Galvão de O. Gomes
Secretaria Municipal de Educação
Juquiá - SP

Juquiá - SP

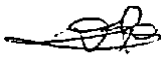
CARDÁPIO PEI - FUNDAMENTAL - OUTUBRO/2025																														
Cardápio Data/Horário	Segunda 20/out						Terça 21/out						Quarta 22/out						Quinta 23/out						Sexta 24/out					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Pão de Mel						Leite com Cacau + Biscoito Integral c/ Requeijão Caseiro						Leite com Cacau + Quibe de forno com Legumes						Chá + Bolo sem Recheio						Canjica					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Banana						Maçã						Laranja						Fruta						Arroz, Feijão, Omelete com Legumes					
Almoço 11h às 12h	Risoto de Atum + Salada de Tomate						Feijão Preto, Arroz, Farofa de Iscas Suínas, Salada de Couve c/ Tomate						Arroz, Feijão, Sobrecoxa de Frango Cozido ao Molho c/ Chuchu e Salada de Alface						Arroz, Feijão, Paleta em Tiras c/ Palmito Refogado e Salada de Alface						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarrão ao Sugo c/ Peito de Frango Desfiado com Legumes						Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes						Sopa de Feijão com caldo de Abóbora, Carne em Cubos e Legumes						Galinhada (arroz, frango sassami, inhame e tomate)											
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	1133	60,8	25,4	153,1	312	4,71	1227,43	49,29	38,29	160,6	366,74	4,64	1151,51	69,3	26,9	146,81	360,97	6,1	1186,00	65,9	28,15	157,55	307,82	3,97	716,65	22,3	8,7	138,52	92	3,71
Cardápio Data/Horário	Segunda 27/out						Terça 28/out						Quarta 29/out						Quinta 30/out						Sexta 31/out					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito de Cacau Integral						Leite com Cacau + Biscoito Integral c/ Requeijão Caseiro						Leite com Cacau + Quibe de forno com Legumes						Canjica						Suco de Polpa + Pão com Requeijão Caseiro					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Banana						Maçã						Laranja						Melancia						Arroz, Feijão, Ovos mexidos com Legumes e Salada de Repolho com Tomate					
Almoço 11h às 12h	Arroz, Feijão, Carne Moída com Chuchu e Cheiro Verde						Feijão Preto, Arroz, Farofa de Iscas Suínas, Salada de Couve c/ Tomate						Arroz, Feijão, Frango Sobrecoxa Cozido ao Molho c/ Batata + Salada de Tomate e Repolho						Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Abóbora Cozida e Salada de Repolho						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarrão ao Sugo c/ Peito de Frango Desfiado com Legumes						Sopa de Macarrão c/ Paleta em Tiras e Legumes						Sopa de Feijão com Carne em Cubos e Legumes						Galinhada (arroz, frango sassami, inhame, chuchu e tomate)											
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
Nutricional	1132	61,3	26,7	149,8	303	5,26	1227,43	49,29	38,29	160,6	366,74	4,64	1151,51	69,3	26,9	146,81	360,97	6,1	1186,00	65,9	28,15	157,55	307,82	3,97	716,65	22,3	8,7	138,52	92	3,71

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes do Guia Alimentar para População Brasileira, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Como legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

* Cardápio sujeito a alteração


Vanessa Sales de O. Lopes
Nutricionista
CRN-3 77837


Tereza Aparecida de Jesus
Nutricionista
CRN-3 20718



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUÍÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO CAES - OUTUBRO/2025

Cardápio Data	Segunda 29/set						Terça 30/set						Quarta 01/out						Quinta 02/out						Sexta 03/out					
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Banana + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Carne + Fruta						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Banana + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Carne + Fruta											
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	459	12,5	11,8	66,9	263	0,95	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48	463,88	7,85	1,89	111,99	53,51	2,36						
Cardápio Data	Segunda 06/out						Terça 07/out						Quarta 08/out						Quinta 09/out						Sexta 10/out					
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Doce de Banana						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Doce de Banana											
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	405,73	11,85	14,97	47,05	274,81	0,66	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48	404	7,3	12,87	66,4	22	1,69						
Cardápio Data	Segunda 13/out						Terça 14/out						Quarta 15/out						Quinta 16/out						Sexta 17/out					
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Legumes + Fruta						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Legumes + Fruta											
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	405,73	11,85	14,97	47,05	274,81	0,66	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48	449,77	12,33	15,92	68,05	202,02	2,06						
Cardápio Data	Segunda 20/out						Terça 21/out						Quarta 22/out						Quinta 23/out						Sexta 24/out					
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Banana + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Frango + Fruta						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Banana + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Frango + Fruta											
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	459	12,5	11,8	66,9	263	0,95	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48	404	7,3	12,87	66,4	22	1,69						
Cardápio Data	Segunda 27/out						Terça 28/out						Quarta 29/out						Quinta 30/out						Sexta 31/out					
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Requeijão Caseiro						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Requeijão Caseiro											
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	405,73	11,85	14,97	47,05	274,81	0,66	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48	449,77	12,33	15,92	68,05	202,02	2,06						

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Valdeir de O. Silva
Coordenador
2025-10-17

Valdeir de O. Silva
Coordenador
2025-10-17