



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



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

Cardápio Data/Horário	Segunda 05/mai						Terça 06/mai						Quarta 07/mai						Quinta 08/mai						Sexta 09/mai					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Mamão						Leite + Caqui						Leite + Mamão						Leite + Banana						Leite + Caqui					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Carne Moída com Tomate e Batata						Papinha de: Arroz, Feijão, Frango com Cenoura Cozida e Salada de Pepino						Papinha de: Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Batata e Salada de Acelga						Papinha de: Salada de Tomate e Cenoura, Arroz, Estrogonofe de Frango c/ Inhame						Papinha de: Arroz, Feijão, Ovos Mexidos com Legumes e Salada de Acelga					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana						Leite + Mamão						Leite + Banana						Leite + Caqui						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Leite						Leite						Leite						Leite						Leite					
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	776	39,8	26,7	96,1	742	3,28	665	33,8	24,8	74,9	720	1,78	691	36,8	27,9	74,9	731	2,52	727	33,7	24,9	96,0	753	2,37	690	32,1	25,6	79,3	780	2,42
Cardápio Data/Horário	Segunda 12/mai						Terça 13/mai						Quarta 14/mai						Quinta 15/mai						Sexta 16/mai					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Mamão						Leite + Caqui						Leite + Mamão						Leite + Banana						Leite + Caqui					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha						Papinha de: Feijão Preto, Arroz, Iscas Suínas, Couve refogada e Salada de Acelga						Papinha de: Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho com Cenoura e Salada de Pepino						Papinha de: Arroz, Feijão, Carne em Cubos com Mandioquinha e Salada de Acelga						Papinha de: Arroz, Lentilha, Omelete de Forno com Jardineira					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana						Leite + Mamão						Leite + Banana						Leite + Caqui						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Leite						Leite						Leite						Leite						Leite					
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	785	40,8	25,5	100,4	729	2,12	737	40,2	28,7	82,5	794	1,87	756	40,4	23,1	97,7	744	2,08	706,4	35,07	26,19	84,7	726,64	1,7	698,48	31,6	27,2	81,85	742,24	2,3

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

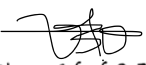
Vanessa Sales de O. Rosa
Nutricionista
CRN-3 77837

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

Cardápio Data/Horário	Segunda 19/mai						Terça 20/mai						Quarta 21/mai						Quinta 22/mai						Sexta 23/mai					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Maçã						Leite + Banana						Leite + Maçã						Leite + Banana						Leite + Banana					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Peito de Frango com Brócolis e Inhame						Papinha de: Arroz, Feijão, Picadinho de Carne c/ Abóbora e Salada de Alface						Papinha de: Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho e Salada de Repolho						Papinha de: Arroz, Estrogonofe de Carne c/ Inhame e Salada de Tomate c/ Alface						Papinha de: Arroz, Feijão, Ovos Mexidos c/ Jardineira e Salada de Beterraba					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana com aveia						Leite + Pera						Leite + Banana						Leite + Laranja						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Leite						Leite						Leite						Leite						Leite					
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	784	42,1	23,7	103,8	749	2,31	727	41,0	24,9	88,5	726	3,09	644	38,1	22,8	73,1	729	1,67	597	29,1	25	65	724	1,27	692,1	32,43	25,51	86,77	771,84	2,47
Cardápio Data/Horário	Segunda 26/mai						Terça 27/mai						Quarta 28/mai						Quinta 29/mai						Sexta 30/mai					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Banana						Leite + Banana						Leite + Maçã						Leite + Banana						Leite + Pera					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Carne Moída c/ Batata						Papinha de: Feijão Preto, Arroz, Iscas Suínas e Couve Refogada						Papinha de: Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho c/ Salada de Tomate						Papinha de: Arroz, Feijão, Peito de Frango c/ Abóbora Cozida e Polenta						Papinha de: Arroz, Lentilha, Omelete de Forno c/ Jardineira e Salada de 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	Leite						Leite						Leite						Leite						Leite					
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	778	39,4	26,73	97,18	755	3,24	737	40,2	28,7	82,5	794	1,87	663	38,5	22,8	78,4	729	2,27	666	37,7	24,7	75,0	746	1,55	698	28,3	21,7	98,5	580	2,45

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. Rosa
 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 - MAIO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 05/mai						Terça 06/mai						Quarta 07/mai						Quinta 08/mai						Sexta 09/mai					
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 Goiaba s/ açúcar Pão com Requeijão Caseiro					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Carne Moída com Tomate e Batata						Arroz, Feijão, Frango com Cenoura Cozida e Salada de Pepino						Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Batata e Salada de Acelga						Salada de Tomate e Cenoura, Arroz, Estrogonofe de Frango c/ Inhame						Arroz, Feijão, Ovos Mexidos com Jardineira e Salada de Acelga					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana						Leite + Mamão						Leite + Banana						Leite + Caqui						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Macarronada de Frango desfiado ao molho com Cenoura						Polenta, Feijão, Carne em Cubos com Batata e Salada de Acelga						Galinhada (arroz, frango, brócolis, couve e tomate)						Risoto de Carne com Legumes (brócolis, mandioquinha, tomate)						Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (couve-flor, batata, acelga)					
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	949	51,6	29,6	119,6	552	4,33	926	50,0	28,5	105,6	563	4,43	857	47,7	47,4	89,9	608	3,97	862	45,2	25,5	104,2	536	2,81	926	40,5	25,8	124,1	465	2,97
Cardápio Data/Horário	Segunda 12/mai						Terça 13/mai						Quarta 14/mai						Quinta 15/mai						Sexta 16/mai					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Ovos Mexidos com Tomate						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Legumes						Suco de Fruta s/ Açúcar Pão com Requeijão Caseiro					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha						Feijão Preto, Arroz, Iscas Suínas, Couve refogada e Salada de Acelga						Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho com Cenoura e Salada de Pepino						Arroz, Feijão, Carne em Cubos com Mandioquinha e Salada de Acelga						Arroz, Lentilha, Omelete de Forno com Jardineira					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana						Leite + Mamão						Leite + Banana						Leite + Caqui						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão a bolonhesa rico (tomate, couve e cenoura)						Arroz, Feijão, Frango ao Molho com Tomate						Arroz, Feijão, Carne Moída com Polenta						Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes (abóbora, inhame e couve)						Risoto de Frango com Legumes (brócolis, mandioquinha, 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	992	57,8	29,9	123,0	554	4,91	935	57,6	29,3	106,3	629	4,38	878	50,4	43,5	100,1	545	4,88	950,73	52,5	28,7	106,6	599,6	4,1	956	42,6	24,5	141,18	450,8	4,13

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

Vanessa Sales de O. Rosa
Nutricionista
CRN-3 77837

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

Cardápio Data/Horário	Segunda 19/mai						Terça 20/mai						Quarta 21/mai						Quinta 22/mai						Sexta 23/mai					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Farofa de Ovos Mexidos						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Carne						Suco de Goiaba s/ açúcar Pão com Requeijão Caseiro					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Peito de Frango com Brócolis e Inhame						Arroz, Feijão, Picadinho de Carne c/ Abóbora e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho e Salada de Alface						Arroz, Estrogonofe de Carne c/ Inhame e Salada de Tomate c/ Alface						Arroz, Feijão, Ovos Mexidos c/ Jardineira e Salada de Beterraba					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana						Leite + Pera						Leite + Banana						Leite + Maçã						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão a bolonhesa rico (tomate e abóbora)						Polenta, Feijão, Frango cozido ao Molho com Batata e Cheiro Verde						Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate						Risoto de Frango com Legumes (brócolis, mandioquinha, tomate)						Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (couve-flor, 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	899	55,2	29,7	104,7	550	4,87	952	56,9	26,6	116,2	543	5,66	839	49,4	43,0	92,3	540	5,01	714	43,9	27,2	70,8	535	2,94	869,7	39,9	20,97	121,1	398,6	3,4
Cardápio Data/Horário	Segunda 26/mai						Terça 27/mai						Quarta 28/mai						Quinta 29/mai						Sexta 30/mai					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Farofa de Ovos Mexidos						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Legumes						Suco de Fruta s/ Açúcar Pão c/ Doce de Banana sem açúcar					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Carne Moída c/ Batata						Feijão Preto, Arroz, Iscas Suínas e Couve Refogada						Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho c/ Salada de Tomate						Arroz, Feijão, Peito de Frango c/ Abóbora Cozida e Polenta						Arroz, Lentilha, Omelete de Forno c/ Jardineira e Salada de Repolho					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Maçã						Leite + Pera						Leite + Banana						Leite + Maçã						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Legumes						Galinhada (arroz, frango, brócolis e tomate)						Arroz, Feijão, Carne de Panela com Mandioquinha						Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes (abóbora, batata e repolho)						Risoto de Frango com Legumes (brócolis, mandioquinha, 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	916,67	50,23	29,43	113,05	538,62	3,94	946	62,2	29,8	106,8	616	3,08	917	50,7	43,6	95,3	543	5,40	861	54,1	29,4	94,4	548	4,45	950	47,9	20,5	144,8	393	4,47

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. Rosa
 Nutricionista
 CRN-3 77837 



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



CARDÁPIO CEI - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - MAIO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 05/mai						Terça 06/mai						Quarta 07/mai						Quinta 08/mai						Sexta 09/mai					
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 Goiaba s/ açúcar Pão com Requeijão Caseiro					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Carne Moída com Tomate e Batata						Arroz, Feijão, Frango com Cenoura Cozida e Salada de Pepino						Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Batata e Salada de Acelga						Salada de Tomate e Cenoura, Arroz, Estrogonofe de Frango c/ Inhame						Arroz, Feijão, Ovos Mexidos com Legumes e Salada de Acelga					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana						Leite + Mamão						Leite + Banana						Leite + Caqui						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Macarronada de Frango desfiado ao molho com Cenoura						Polenta, Feijão, Carne em Cubos com Batata e Salada de Acelga						Galinhada (arroz, frango, brócolis, couve e tomate)						Risoto de Carne com Legumes (brócolis, mandioquinha, tomate)						Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (couve-flor, batata, acelga)					
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	1038	54,7	30,1	137,6	561	4,77	1040	54,4	29,8	127,0	581	5,26	978	53,2	48,7	111,1	621	4,56	1036	55,2	27,6	132	562	4,26	1026	45,1	26,3	143,4	488	4,02
Cardápio Data/Horário	Segunda 12/mai						Terça 13/mai						Quarta 14/mai						Quinta 15/mai						Sexta 16/mai					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Ovos Mexidos com Tomate						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Legumes						Suco de Fruta s/ Açúcar Pão com Requeijão Caseiro					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha						Feijão Preto, Arroz, Iscas Suínas, Couve refogada e Salada de Acelga						Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho com Cenoura e Salada de Pepino						Arroz, Feijão, Carne em Cubos com Mandioquinha e Salada de Acelga						Arroz, Lentilha, Omelete de Forno com Jardineira					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana						Leite + Mamão						Leite + Banana						Leite + Caqui						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão a bolonhesa rico (tomate, couve e cenoura)						Arroz, Feijão, Frango ao Molho com Tomate						Arroz, Feijão, Carne Moída com Polenta						Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes (abóbora, inhame e couve)						Risoto de Frango com Legumes (brócolis, mandioquinha, 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	1046	63,4	30,5	129,8	568	5,59	1089	65,1	30,3	134,2	644	4,97	1050	60,0	47,5	124,1	559	5,76	1030	58,9	30,6	115	601,6	4,6	1090	46,1	24,8	169,6	457,2	4,5

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.

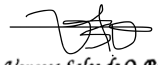
* Cardápio sujeito a alteração


Vanessa Sales de O. Rosa
Nutricionista
CRN-3 77837

CARDÁPIO CEI - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: ACIMA DE 3 ANOS - MAIO/2025

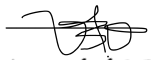
Cardápio Data/Horário	Segunda 19/mai						Terça 20/mai						Quarta 21/mai						Quinta 22/mai						Sexta 23/mai					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Farofa de Ovos Mexidos						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Carne						Suco de Goiaba s/ açúcar Pão com Requeijão Caseiro					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Peito de Frango com Brócolis e Inhame						Arroz, Feijão, Picadinho de Carne c/ Abóbora e Salada de Alface						Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho e Salada de Repolho						Arroz, Estrogonofe de Carne c/ Inhame e Salada de Tomate c/ Alface						Arroz, Feijão, Ovos Mexidos c/ Jardineira e Salada de Beterraba					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana						Leite + Pera						Leite + Banana						Leite + Maçã						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão a bolonhesa rico (tomate e abóbora)						Polenta, Feijão, Frango cozido ao Molho com Batata e Cheiro Verde						Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate						Risoto de Frango com Legumes (brócolis, mandioquinha, tomate)						Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (couve-flor, batata, repolho)					
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	1064	62,4	32,3	132,3	564	5,17	1074	63,9	27,8	137,0	556	6,50	1000	61,8	45,1	114,5	554	5,91	1023	66,2	35,6	105	570	4,8	1036,45	48,13	26,52	142,32	477,31	3,9
Cardápio Data/Horário	Segunda 26/mai						Terça 27/mai						Quarta 28/mai						Quinta 29/mai						Sexta 30/mai					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Farofa de Ovos Mexidos						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Legumes						Suco de Fruta s/ Açúcar Pão c/ Doce de Banana sem açúcar					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Carne Moída c/ Batata e Couve-Flor						Feijão Preto, Arroz, Iscas Suínas e Couve Refogada						Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho c/ Salada de Tomate						Arroz, Feijão, Peito de Frango c/ Abóbora Cozida e Polenta						Arroz, Lentilha, Omelete de Forno c/ Legumes e Salada de Repolho					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Maçã						Leite + Pera						Leite + Banana						Leite + Maçã						Mingau de Canjica c/ Banana					
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Jardineira						Galinhada (arroz, frango, brócolis e tomate)						Arroz, Feijão, Carne de Panela com Mandioquinha						Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes (abóbora, batata e repolho)						Risoto de Frango com Legumes (brócolis, mandioquinha, 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	1071,11	59,48	31,5	137,6	562,02	5,07	1022	62	29,8	126	623	3,3	1040	57,3	44,3	118	556	6,0	998	65,2	33,2	108	562	5,6	1084	51,4	20,8	173	399	4,8

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


 Vanessa Sales de O. Rosa
 Nutricionista
 CRN-3 77837

CARDÁPIO CAES - MAIO/2025																														
Cardápio Data	Segunda 05/mai						Terça 06/mai						Quarta 07/mai						Quinta 08/mai						Sexta 09/mai					
Lanche Manhã	Leite com cacau em pó + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Banana + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de fruta + Torta de Frango + Fruta						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau em pó + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Banana + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de fruta + 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 12/mai						Terça 13/mai						Quarta 14/mai						Quinta 15/mai						Sexta 16/mai					
Lanche Manhã	Leite com cacau em pó + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Chocolate + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de fruta + Torta de Frango + Fruta						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau em pó + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Chocolate + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de fruta + 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 19/mai						Terça 20/mai						Quarta 21/mai						Quinta 22/mai						Sexta 23/mai					
Lanche Manhã	Leite com cacau em pó + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Requeijão + Fruta						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau em pó + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Chocolate + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Requeijão + 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 26/mai						Terça 27/mai						Quarta 28/mai						Quinta 29/mai						Sexta 30/mai					
Lanche Manhã	Leite com cacau em pó + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Banana + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Requeijão + Fruta						REUNIÃO					
Lanche Tarde	Leite com cacau em pó + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Chocolate + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pãozinho com Requeijão + 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 elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020. Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.



Vanessa Sales de O. Rosa
Nutricionista
CRN-3 77837





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



CARDÁPIO PEI - FUNDAMENTAL - MAIO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 05/mai						Terça 06/mai						Quarta 07/mai						Quinta 08/mai						Sexta 09/mai					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito Integral com Recheio						Leite com Cacau + Biscoito Integral c/ Requeijão						Chá + Quibe de Forno com Legumes						Chá + Torta de Frango						Suco de Abacaxi (Polpa) Pão com Requeijão Caseiro					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Canjica						Banana						Caqui						Banana						Mexidão de Arroz c/ Ovos, Couve e Salada de Acelga					
Almoço 11h às 12h	Arroz, Feijão, Carne Moída com Tomate e Batata						Arroz, Feijão, Frango com Cenoura Cozida e Salada de Pepino						Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Batata e Salada de Acelga						Salada de Tomate e Cenoura, Arroz, Estrogonofe de Frango c/ Inhame						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarronada de Frango desfiado ao molho com Cenoura						Risoto de Carne com Legumes						Sopa de Macarrão c/ Frango e Legumes (batata, acelga e couve)						Macarronada com Atum											
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	1280	62,4	37,6	160,2	338	5,34	1150	58,5	26,3	155,0	352	2,68	1164	63,8	21,9	166,8	378	5,04	1172	60,4	29,3	157,2	317	4,07	678	21,2	15,8	113,3	170	2,84
Cardápio Data/Horário	Segunda 12/mai						Terça 13/mai						Quarta 14/mai						Quinta 15/mai						Sexta 16/mai					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito Integral com Recheio						Leite com Cacau + Biscoito Integral c/ Requeijão						Chá + Bolo sem recheio						Chá + Torta de Legumes						Suco de Goiaba + Pão com Requeijão					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Canjica						Banana						Caqui						Banana						Arroz, Lentilha, Omelete de Forno com Legumes + Fruta					
Almoço 11h às 12h	Arroz, Feijão, Peito de Frango com Batata e Cenoura						Feijão Preto, Arroz, Farofa de Mandioca c/ Iscas Suínas Couve Refogada e Salada de Acelga						Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho com Cenoura e Salada de Pepino						Arroz, Feijão, Carne em Cubos com Inhame e Salada de Acelga						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarrão a bolonhesa						Risoto de Carne com Legumes						Sopa de Lentilha com Carne e Legumes						Canja de Galinha 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	1187	60,2	37,4	139,7	365	5,68	1201	54,9	29,9	167,1	363	4,06	1185	69,4	28,3	153,2	390	6,26	1151,48	60,3	26,34	157,22	322,8	4,08	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. Rosa
Nutricionista
CRN-3 77837

CARDÁPIO PEI - FUNDAMENTAL - MAIO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 19/mai						Terça 20/mai						Quarta 21/mai						Quinta 22/mai						Sexta 23/mai					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito Integral com Recheio						Leite com Cacau + Biscoito Integral c/ Requeijão						Chá + Quibe de Forno com Legumes						Chá + Torta de Frango						Suco de Abacaxi (Polpa) Pão com Requeijão Caseiro					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Canjica						Banana						Maçã						Banana						Mexidão de Arroz c/ Ovos, Couve e Salada de Repolho c/ Cenoura					
Almoço 11h às 12h	Arroz, Feijão, Frango com Couve refogada e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Picadinho de Carne c/ Abóbora e Salada de Alface						Arroz, Feijão, Frango Cozido com Batata e Salada de Repolho						Arroz, Estrogonofe de Carne c/ Inhame e Salada de Tomate c/ Alface						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarrão a bolonhesa						Risoto de Frango com Legumes						Sopa de Macarrão com Legumes e Carne Moída						Canja de Galinha 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	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	1151	60,3	26,3	159,8	323	4,08	682	22,1	18,1	98,9	26	2,98
Cardápio Data/Horário	Segunda 26/mai						Terça 27/mai						Quarta 28/mai						Quinta 29/mai						Sexta 30/mai					
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito Integral com Recheio						Leite com Cacau + Biscoito Integral c/ Requeijão						Chá + Bolo sem Recheio						Chá + Torta de Legumes						Suco de Goiaba + Pão com Doce de Banana s/ açúcar					
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Canjica						Banana						Maçã						Banana						Arroz, Lentilha, Omelete de Forno com Legumes + Fruta					
Almoço 11h às 12h	Arroz, Feijão Carne Moída c/ Batata						Feijão Preto, Arroz, Farofa de Iscas Suínas, Couve refogada e Salada de Repolho com Tomate						Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho c/ Salada de Tomate e Beterraba						Arroz, Feijão, Peito de Frango c/ Abóbora Cozida e Polenta						REUNIÃO					
Jantar 15h às 16h	Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado						Risoto de Carne com Legumes						Sopa de Feijão com Carne e Legumes						Macarronada com Atum											
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	1271	62,1	37,5	158,1	330	5,31	1180,22	55,22	29,92	161,07	365,91	4,17	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 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. Rosa
 Nutricionista
 CRN-3 77837



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



CARDÁPIO DESJEJUM - MAIO/2025

Cardápio Data	Segunda 05/mai						Terça 06/mai						Quarta 07/mai						Quinta 08/mai						Sexta 09/mai					
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 12/mai						Terça 13/mai						Quarta 14/mai						Quinta 15/mai						Sexta 16/mai					
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 19/mai						Terça 20/mai						Quarta 21/mai						Quinta 22/mai						Sexta 23/mai					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						SUCO + PÃO C/ 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
Cardápio Data	Segunda 26/mai						Terça 27/mai						Quarta 28/mai						Quinta 29/mai						Sexta 30/mai					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						SUCO + PÃO C/ DOCE DE BANANA					
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	373	6,62	1,8	86,95	46,26	1,94

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

Vanessa Sales de O. Rosa
Nutricionista
CRN-3 77837

CARDÁPIO REFEIÇÃO - MAIO/2025

Cardápio Data	Segunda 05/mai						Terça 06/mai						Quarta 07/mai						Quinta 08/mai						Sexta 09/mai					
Refeição	Macarrão a bolonhesa rico (tomate, couve e cenoura)						Arroz, Feijão, Frango com Cenoura Cozida e Salada de Pepino						Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Batata e Salada de Acelga						Salada de Tomate e Cenoura, Arroz, Estrogonofe de Frango c/ Inhame						Mexidão de Arroz com Ovos e Legumes + Salada de Acelga					
	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)
	445,23	26	10,2	63,8	20,73	2,9	343,62	20	4,5	54,1	44,17	1,07	409,04	21,95	8,3	60,05	46,59	2,5	392,62	16,56	7,37	64,68	47,56	1,4	409,8	13	17,8	47,79	98,19	1,8
Cardápio Data	Segunda 12/mai						Terça 13/mai						Quarta 14/mai						Quinta 15/mai						Sexta 16/mai					
Refeição	Macarronada com Peito de Frango desfiado com Tomate						Feijão Preto, Arroz, Farofa de Iscas Suínas, Couve refogada e Salada de Acelga com Tomate						Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho com Cenoura e Salada de Pepino						Arroz, Feijão, Carne em Cubos com Batata e Salada de Acelga						Arroz, Lentilha, Omelete de Forno com Legumes e Salada de Pepino					
	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)
	376	31	5,58	50,97	13,36	1,04	494,21	25	7,9	78,6	115,5	2,09	419	33	5,3	56,93	47,43	1,5	460,84	32,38	8,6	60,98	56,15	3,1	421,51	20	10,34	59,7	76,9	2,7
Data	Segunda 19/mai						Terça 20/mai						Quarta 21/mai						Quinta 22/mai						Sexta 23/mai					
Refeição	Macarrão a bolonhesa rico (tomate e abóbora)						Arroz, Feijão, Picadinho de Carne c/ Abóbora e Salada de Alface						Arroz, Feijão, Frango Cozido com Batata e Salada de Repolho						Arroz, Estrogonofe de Carne c/ Inhame e Salada de Tomate c/ Alface						Mexidão de Arroz com Ovos e Legumes + Salada de Beterraba					
	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)
	438,8	30	12,39	52,2	10,96	2,89	403,78	26	6,77	57,9	37,81	2,9	382,02	23	4,44	59,82	43,73	1,48	349,51	18	8,76	47,44	35,4	1,5	371,2	16	10,17	51,8	78,63	1,7
Cardápio Data	Segunda 26/mai						Terça 27/mai						Quarta 28/mai						Quinta 29/mai						Sexta 30/mai					
Refeição	Macarrão ao Sugo com Peito de Frango desfiado com Batata						Feijão Preto, Arroz, Farofa de Iscas Suínas, Couve refogada e Salada de Repolho com Tomate						Arroz, Feijão, Frango Cozido ao Molho c/ Salada de Tomate e Beterraba						Arroz, Feijão, Peito de Frango c/ Abóbora Cozida e Polenta						Arroz, Lentilha, Omelete de Forno c/ Legumes e Salada de Repolho					
	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)
	413,1	27	3,6	63	24,2	1,72	494,2	25	7,98	78,6	115,5	2,09	433,17	34	5,603	60,02	43,31	2,1	473,5	34	5,86	68,92	38	2,02	423,4	20	10,38	60,33	87,92	2,79

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

* Cardápio sujeito a alteração

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

Vanessa Sales de O. Rosa
Nutricionista
CRN-3 77837

CARDÁPIO VEGETARIANO - MAIO/2025

Cardápio Data	Segunda 05/mai						Terça 06/mai						Quarta 07/mai						Quinta 08/mai						Sexta 09/mai					
Refeição	MACARRONADA COM BRÓCOLIS						SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE+ RISOTO DE LEGUMES						SALADA DE CENOURA + ARROZ / FEIJÃO + MANDIOCA COZ.						ARROZ / FEIJÃO + FAROFA DE OVOS C/ CENOURA						SOPA DE 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)
	270	10,9	3,7	51,5	54,3	1,0	295	5,9	2,5	61,0	20,9	0,3	318	8,1	2,9	64,0	39,9	1,2	525	16,0	18,3	72,6	102,756	2,9	298	4,4	2,5	64,5	26,6	0,2
Cardápio Data	Segunda 12/mai						Terça 13/mai						Quarta 14/mai						Quinta 15/mai						Sexta 16/mai					
Refeição	MACARRONADA COM BRÓCOLIS						SALADA DE REPOLHO C/ TOMATE+ RISOTO DE LEGUMES						SALADA DE CENOURA + ARROZ / FEIJÃO + MANDIOCA COZ.						ARROZ / FEIJÃO + FAROFA DE OVOS C/ CENOURA						SOPA DE FEIJÃO C/ BATATA + 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)
	270	10,9	3,7	51,5	54,3	1,0	295	5,9	2,5	61,0	20,9	0,3	318	8,1	2,9	64,0	39,9	1,2	525	16,0	18,3	72,6	102,76	2,9	380,02	11,38	4,25	77,58	92,94	2,97
Cardápio Data	Segunda 19/mai						Terça 20/mai						Quarta 21/mai						Quinta 22/mai						Sexta 23/mai					
Refeição	MACARRONADA COM JARDINEIRA						SALADA DE ACELGA C/ TOMATE + ARROZ + POLENTA AO MOLHO						SALADA DE TOMATE + ARROZ / FEIJÃO / CENOURA						COUVE REFOGADA + ARROZ/FEIJÃO/FAROFA DE OVOS						SOPA DE 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)
	264	10,8	1,6	54,2	36,4	0,9	390	8,5	3,1	82,8	29,8	0,8	329	8,7	3,4	66,6	57,6	1,7	530	16,2	18,3	73,8	103,5	2,9	298	4,4	2,5	64,5	26,6	0,2
Cardápio Data	Segunda 26/mai						Terça 27/mai						Quarta 28/mai						Quinta 29/mai						Sexta 30/mai					
Refeição	MACARRONADA COM JARDINEIRA						SALADA DE ACELGA C/ TOMATE + ARROZ + POLENTA AO MOLHO						SALADA DE TOMATE + ARROZ / FEIJÃO / CENOURA						COUVE REFOGADA + ARROZ/FEIJÃO/FAROFA DE OVOS						SOPA DE FEIJÃO C/ BATATA + 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)
	264	10,8	1,6	54,2	36,4	0,9	390	8,5	3,1	82,8	29,8	0,8	329	8,7	3,4	66,6	57,6	1,7	530	16,2	18,3	73,8	103,5	2,9	380,02	11,38	4,25	77,58	92,94	2,97


Vanessa Sales de O. Rosa
Nutricionista
CRN-3 77837