



CARDÁPIO/2026 – JANEIRO E FEVEREIRO – Parcial e Escolas M. de Educação das Infâncias (E.M. Maria Odete Augusta de Brito, E.M. Manoel José de Oliveira, E.M. Rainha da Paz)

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS (MÉDIA MENSAL):

	Composição nutricional											
	Calorias (kcal)	Proteína (g)	Carboidrato (g)	Lipídio (g)	Fibra alimentar (g)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Zinco (mg)	Magnésio (mg)	Sódio (mg)	Vit A (µg)	Vit C (mg)
Diurno – 4 a 5 anos	326,8	11,46	54,12	7,17	2,6	36,56	1,42	1,67	45,77	328,66	88,26	30,75
Diurno - 6 a 10 anos	379,24	12,35	64,43	8,01	2,99	41,22	1,55	1,81	52,45	488,95	96,72	35,82
Diurno – 11 a 15 anos	493,43	15,85	86,58	9,3	3,46	42,8	1,88	2,38	62,2	492,74	101,39	35,87
Noturno	615,92	25,09	108,66	8,99	8,37	65,78	3,86	3,17	122,91	377,12	127,6	34,19

	% de macronutrientes		
	Proteína	Carboidrato	Lipídio
Diurno – 4 a 5 anos	14,03	66,24	19,73
Diurno - 6 a 10 anos	13,03	67,96	19,01
Diurno – 11 a 15 anos	12,85	70,19	16,96
Noturno	16,29	70,57	13,14

A elaboração dos cardápios é realizada com base nas seguintes normativas:

BRASIL. Ministério da Educação. Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação. **Resolução/CD/FNDE nº 06, de 08 de maio de 2020.** Dispõe sobre o atendimento da alimentação escolar aos alunos da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar- PNAE. Brasília, 2020.

BRASIL. Ministério da Saúde. **Guia alimentar para a população brasileira.** 2ª.ed. Brasília, 2014. 156p.



CARDÁPIO/2026 – JANEIRO E FEVEREIRO – Parcial e Escolas M. de Educação das Infâncias (E.M. Maria Odete Augusta de Brito, E.M. Manoel José de Oliveira, E.M. Rainha da Paz)

DIURNO

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	SÁBADO
20 a 23/01 Matutino-9h Vespertino-15h	PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO EM REDE	-Leite com cacau em pó 100% ou milkshake ou leite caramelado -Pão pizza (pão, tomate em rodela e queijo muçarela derretido)	- Salada de repolho e tomate -Galinhada (peito de frango) - Feijão -Melancia em fatias (abacate, abacaxi, banana, goiaba, laranja, mamão ou manga)	-Suco da polpa de fruta -Bolo de cenoura -Banana (abacate, abacaxi, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)	-Sopa de legumes (macarrão, carne, batata, cenoura, repolho, feijão e açafrão) - Pão em rodela	-
26 a 30/01 Matutino-9h Vespertino-15h	-Quibebe de mandioca com carne -Arroz - Feijão	-Leite com cacau em pó 100% ou milkshake ou leite caramelado -Pão pizza (pão, tomate em rodela e queijo muçarela derretido) -Banana (abacate, abacaxi, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)	-Suco da polpa de fruta - Salada de beterraba - Baião de três (arroz, carne e feijão) - Abóbora cabutíá ao molho	- Sourbet de banana -Pão de queijo	- Arroz com carne suína -Abóbora kabutíá ao molho - Feijão -Abacaxi em fatias (abacate, banana, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)	-
02 a 06/02 Matutino-9h Vespertino-15h	- Macarrão com carne moída ao molho de tomate e queijo muçarela gratinado	-Leite com cacau em pó 100% ou milkshake ou leite caramelado -Pão pizza (pão, tomate em rodela e queijo muçarela derretido)	- Salada de repolho e tomate -Galinhada (peito de frango) - Feijão -Melancia em fatias (abacate, abacaxi, banana, laranja, mamão ou manga)	-Suco da polpa de fruta -Bolo de cenoura -Banana (abacate, abacaxi, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)	-Sopa de legumes (macarrão, carne, batata, cenoura, repolho, feijão e açafrão) - Pão em rodela	-
09 a 13/02 Matutino-9h Vespertino-15h	- Salada de beterraba - Baião de três (arroz, carne e feijão) - Abóbora cabutíá ao molho	- Leite com cacau em pó 100% ou milkshake ou leite caramelado -Pão francês com carne ao molho de tomate	- Vinagrete -Escondidinho de mandioca com frango (peito ou coxa e sobrecoxa ou carne moída) -Arroz - Feijão -Melancia em fatias (abacate, abacaxi, banana, goiaba, laranja, mamão ou manga)	-Leite com cacau em pó 100% ou milkshake ou leite caramelado -Pão francês quente com manteiga de leite, queijo muçarela e orégano	- Arroz com carne suína -Abóbora kabutíá ao molho - Feijão -Abacaxi em rodela (abacate, banana, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)	-
16 a 20/02 Matutino-9h Vespertino-15h	RECESSO	FERIADO	RECESSO	-Leite com cacau em pó 100% ou milkshake ou leite caramelado -Bolo de cenoura	-Sopa de legumes (macarrão, carne, batata, cenoura, repolho, feijão e açafrão) - Pão em rodela -Banana (abacate, abacaxi, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)	-



CARDÁPIO/2026 – JANEIRO E FEVEREIRO – Parcial e Escolas M. de Educação das Infâncias (E.M. Maria Odete Augusta de Brito, E.M. Manoel José de Oliveira, E.M. Rainha da Paz)

23 a 27/02 Matutino-9h Vespertino-15h	- Macarrão com carne moída ao molho de tomate e queijo muçarela gratinado	- Leite com cacau em pó 100% ou milkshake ou leite caramelado -Pão francês com carne ao molho de tomate	- Vinagrete -Escondidinho de mandioca com frango (peito ou coxa e sobrecoxa ou carne moída) -Arroz -Feijão -Melancia em fatias (abacate, abacaxi, banana, goiaba, laranja, mamão ou manga)	-Leite com cacau em pó 100% ou milkshake ou leite caramelado -Pão francês quente com manteiga de leite, queijo muçarela e orégano	- Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho - Feijão -Abacaxi em rodela (abacate, banana, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)	-
--	---	--	--	--	---	---

* Os produtos entregues pela GERPAE deverão ser utilizados para compor os cardápios. Não havendo necessidade de serem adquiridos no comércio local.



CARDÁPIO/2026 – JANEIRO E FEVEREIRO – Parcial e Escolas M. de Educação das Infâncias (E.M. Maria Odete Augusta de Brito, E.M. Manoel José de Oliveira, E.M. Rainha da Paz)

NOTURNO

DIAS	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
20 a 23/01 Noturno 19h	PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO EM REDE	- Vinagrete -Frango (coxa e sobrecoxa) assado com batatas - Arroz - Feijão	- Suco da polpa de fruta - Salada de repolho e tomate -Galinhada (peito de frango) - Feijão -Melancia em fatias (abacate, abacaxi, banana, goiaba, laranja, mamão ou manga)	-Salada de repolho e abacaxi -Carne de panela - Abóbora kabutiá ao molho - Arroz/ Feijão -Banana (abacate, abacaxi, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)	-Sopa de legumes (macarrão, carne, batata, cenoura, repolho, feijão e açafrão) - Pão em rodelas
26 a 30/01 Noturno 19h	- Salada de beterraba -Quibebe de mandioca com carne -Arroz - Feijão	- Vinagrete com manga -Frango (coxa e sobrecoxa) assado com batatas - Arroz - Feijão -Banana (abacate, abacaxi, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)	- Suco da polpa de fruta - Salada de beterraba - Baião de três (arroz, carne e feijão) - Abóbora cabutiá ao molho	-Salada de repolho e tomate -Costela com mandioca - Arroz - Feijão	- Vinagrete - Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho - Feijão -Abacaxi em fatias (abacate, banana, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)
02 a 06/02 Noturno 19h	- Macarrão com carne moída ao molho de tomate e queijo muçarela gratinado -Arroz - Feijão	-Vinagrete -Arroz com costelinha suína - Purê de batata - Feijão	- Suco da polpa de fruta - Salada de repolho e tomate -Galinhada (peito de frango) - Feijão -Melancia em fatias (abacate, abacaxi, banana, laranja, mamão ou manga)	-Salada de repolho e abacaxi -Carne de panela - Abóbora kabutiá ao molho - Arroz -Feijão -Banana (abacate, abacaxi, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)	-Sopa de legumes (macarrão, carne, batata, cenoura, repolho, feijão e açafrão) - Pão em rodelas
09 a 13/02 Noturno 19h	- Suco da polpa de fruta - Salada de beterraba - Baião de três (arroz, carne e feijão) - Abóbora cabutiá ao molho	- Vinagrete com manga -Frango (coxa e sobrecoxa) assado com batatas - Arroz - Feijão -Banana	- Salada de alface e tomate -Escondidinho de mandioca com frango (peito de frango) -Arroz - Feijão -Melancia em fatias (abacate, abacaxi, banana, goiaba, laranja, mamão ou manga)	-Salada de repolho e tomate -Costela com mandioca - Arroz - Feijão	- Vinagrete - Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho - Feijão -Abacaxi em rodelas (abacate, banana, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)
16 a 20/02 Noturno 19h	RECESSO	FERIADO	RECESSO	-Salada de repolho e abacaxi -Carne de panela - Abóbora kabutiá ao molho - Arroz e Feijão	-Sopa de legumes (macarrão, carne, batata, cenoura, repolho, feijão e açafrão) - Pão em rodelas -Banana
23 a 27/02 Noturno 19h	- Macarrão com carne moída ao molho de tomate e queijo muçarela gratinado -Arroz - Feijão	- Vinagrete com manga -Frango (coxa e sobrecoxa) assado com batatas - Arroz - Feijão	- Salada de alface e tomate -Escondidinho de de mandioca com frango (peito de frango) -Arroz - Feijão -Melancia em fatias (abacate, abacaxi, banana, goiaba, laranja, mamão ou manga)	-Salada de repolho e tomate -Costela com mandioca - Arroz - Feijão	- Vinagrete - Arroz com carne suína -Abobora kabutiá ao molho - Feijão -Abacaxi em rodelas (abacate, banana, goiaba, laranja, mamão, manga ou melancia)