



CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

ESCOLAS CANTAGALO, CORONEL, BAÚ, SERRANO E TORTO ENSINO FUNDAMENTAL - MANHÃ

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 2/6	Terça 3/6	Quarta 4/6	Quinta 5/6	Sexta 6/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de cenoura	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Brócolis refogado. Salada de tomate.	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura. Batata assada. Couve refogada	Sopa de macarrão com inhame, cenoura, repolho e carne bovina. Ponkan

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 9/6	Terça 10/6	Quarta 11/6	Quinta 12/6	Sexta 13/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de laranja	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Purê de batata. Abobrinha refogada	Arroz, feijão, carne moída com cenoura. Purê de mandioquinha. Salada de couve	Quirera cozida com pernil desfiado, cenoura e tomate Ponkan.

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 16/6	Terça 17/6	Quarta 18/6	Quinta 19/6	Sexta 20/6
Desjejum	Chocolate quente	Leite com café e bolo de chocolate	Virado de banana	FERIADO	SUSPENSÃO DE AULAS
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com frango ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de tomate		

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 23/6	Terça 24/6	Quarta 25/6	Quinta 26/6	Sexta 27/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de maçã	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Virado de couve. Salada de beterraba	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e frango desfiado

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

ESCOLAS CANTAGALO, CORONEL, BAÚ, SERRANO E TORTO ENSINO FUNDAMENTAL - MANHÃ

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO MANHÃ

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020): Art. 18 - V – atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

ENSINO FUNDAMENTAL MANHÃ (6 a 10 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	493Kcal	68 a 80	12 a 18	14 a 19
Prescrição	530Kcal	75	22	16
Adequação	107%	100%	122%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

ESCOLA CORONEL - ENSINO FUNDAMENTAL - TARDE

PERÍODO DA TARDE	Segunda 2/6	Terça 3/6	Quarta 4/6	Quinta 5/6	Sexta 6/6
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Suco de polpa Quibe de forno	Café com leite e pão com manteiga	Sopa de macarrão com inhame, cenoura, repolho e carne bovina. Ponkan
Lanche II	Leite com café e bolo de cenoura	Leite com chocolate 32% cacau	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 9/6	Terça 10/6	Quarta 11/6	Quinta 12/6	Sexta 13/6
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Suco de polpa Torta de carne com batata, cenoura, tomate e milho	Café com leite e pão com manteiga	Quirera cozida com pernil desfiado, cenoura e tomate Ponkan.
Lanche II	Leite com café e bolo de laranja	Leite com chocolate 32% cacau	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 16/6	Terça 17/6	Quarta 18/6	Quinta 19/6	Sexta 20/6
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com frango ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de tomate	FERIADO	SUSPENSÃO DE AULAS
Lanche II	Leite com café e bolo de chocolate	Chocolate quente	Virado de banana		

PERÍODO DA TARDE	Segunda 23/6	Terça 24/6	Quarta 25/6	Quinta 26/6	Sexta 27/6
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Suco de polpa Quibe de forno. Ponkan	Café com leite e pão com manteiga	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e frango desfiado
Lanche II	Leite com café e bolo de maçã	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Chocolate quente	Leite com café e pão com margarina

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

ESCOLA CORONEL - ENSINO FUNDAMENTAL - TARDE

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO TARDE

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020): Art. 18 - V – atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	493Kcal	68 a 80	12 a 18	14 a 19
Prescrição	505	68	21	17
Adequação	102%	100%	116%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

ESCOLA DO SERRANO E TORTO - ENSINO INFANTIL - TARDE

PERÍODO DA TARDE	Segunda 2/6	Terça 3/6	Quarta 4/6	Quinta 5/6	Sexta 6/6
Lanche I	Leite com café e bolo de cenoura	Leite com chocolate 32% cacau	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.
Lanche II	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Suco de polpa Quibe de forno	Café com leite e pão com manteiga	Sopa de macarrão com inhame, cenoura, repolho e carne bovina. Ponkan

PERÍODO DA TARDE	Segunda 9/6	Terça 10/6	Quarta 11/6	Quinta 12/6	Sexta 13/6
Lanche I	Leite com café e bolo de laranja	Leite com chocolate 32% cacau	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.
Lanche II	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Suco de polpa Torta de carne com batata, cenoura, tomate e milho	Café com leite e pão com manteiga	Quirera cozida com pernil desfiado, cenoura e tomate Ponkan.

PERÍODO DA TARDE	Segunda 16/6	Terça 17/6	Quarta 18/6	Quinta 19/6	Sexta 20/6
Lanche I	Leite com café e bolo de chocolate	Chocolate quente	Virado de banana	FERIADO	SUSPENSÃO DE AULAS
Lanche II	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com frango ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de tomate		

PERÍODO DA TARDE	Segunda 23/6	Terça 24/6	Quarta 25/6	Quinta 26/6	Sexta 27/6
Lanche I	Leite com café e bolo de maçã	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Chocolate quente	Leite com café e pão com margarina
Lanche II	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Suco de polpa Quibe de forno. Ponkan	Café com leite e pão com manteiga	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e frango desfiado

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

ESCOLA DO SERRANO E TORTO - ENSINO INFANTIL - TARDE

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO TARDE

INFANTIL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	401	57	17	12
Adequação	99%	100%	113%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

EMEF BAIRRO QUILOMBO - INFANTIL MANHÃ

PERÍODO MANHÃ	Segunda 2/6	Terça 3/6	Quarta 4/6	Quinta 5/6	Sexta 6/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de cenoura	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.
Lanche da manhã	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Brócolis refogado. Salada de tomate.	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura. Batata assada. Couve refogada	Sopa de macarrão com inhame, cenoura, repolho e carne bovina. Ponkan

PERÍODO MANHÃ	Segunda 9/6	Terça 10/6	Quarta 11/6	Quinta 12/6	Sexta 13/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de laranja	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Purê de batata. Abobrinha refogada	Arroz, feijão, carne moída com cenoura. Purê de mandioquinha. Salada de couve	Quirera cozida com pernil desfiado, cenoura e tomate Ponkan.

PERÍODO MANHÃ	Segunda 16/6	Terça 17/6	Quarta 18/6	Quinta 19/6	Sexta 20/6
Desjejum	Chocolate quente	Leite com café e bolo de chocolate	Virado de banana	FERIADO	SUSPENSÃO DE AULAS
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com frango ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de tomate		

PERÍODO MANHÃ	Segunda 23/6	Terça 24/6	Quarta 25/6	Quinta 26/6	Sexta 27/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de maçã	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Virado de couve. Salada beterraba	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e frango desfiado

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

EMEF BAIRRO QUILOMBO - INFANTIL MANHÃ

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO MANHÃ

INFANTIL PARCIAL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	428Kcal	62	16	13
Adequação	105%	100%	106%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

EMEF BAIRRO QUILOMBO - FUNDAMENTAL E INFANTIL TARDE

PERÍODO TARDE	Segunda 2/6	Terça 3/6	Quarta 4/6	Quinta 5/6	Sexta 6/6
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Suco de polpa Quibe de forno	Café com leite e pão com manteiga	Sopa de macarrão com inhame, cenoura, repolho e carne bovina. Ponkan
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de cenoura	Leite com chocolate 32% cacau	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.

PERÍODO TARDE	Segunda 9/6	Terça 10/6	Quarta 11/6	Quinta 12/6	Sexta 13/6
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Suco de polpa Torta de carne com batata, cenoura, tomate e milho	Café com leite e pão com manteiga	Quirera cozida com pernil desfiado, cenoura e tomate Ponkan.
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de laranja	Leite com chocolate 32% cacau	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.

PERÍODO TARDE	Segunda 16/6	Terça 17/6	Quarta 18/6	Quinta 19/6	Sexta 20/6
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Suco de polpa Pão com frango ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de tomate	FERIADO	SUSPENSÃO DE AULAS
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de chocolate	Chocolate quente	Virado de banana		

PERÍODO TARDE	Segunda 23/6	Terça 24/6	Quarta 25/6	Quinta 26/6	Sexta 27/6
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura. Maçã	Suco de polpa Quibe de forno. Ponkan	Café com leite e pão com manteiga	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e frango desfiado
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de maçã	Leite com chocolate 32% cacau	Virado de banana	Chocolate quente	Leite com café e pão com margarina

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

EMEF BAIRRO QUILOMBO - FUNDAMENTAL E INFANTIL TARDE

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO TARDE

FUNDAMENTAL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020): Art. 18 - V – atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	493Kcal	68 a 80	12 a 18	14 a 19
Prescrição	505	68	21	17
Adequação	102%	100%	116%	100%

INFANTIL PARCIAL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	401	57	17	12
Adequação	99%	100%	113%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

EMEF BAIRRO PAIOL GRANDE - FUNDAMENTAL E INFANTIL MANHÃ E TARDE E INFANTIL INTEGRAL

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	2/6	3/6	4/6	5/6	6/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de cenoura	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche da manhã	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura. Batata assada. Couve refogada. Maçã	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Brócolis refogado. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão, carne bovina cozida. Quibebe. Salada de brócolis	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Purê de mandioquinha. Abobrinha refogada.
Lanche I	Leite com café e bolo de cenoura	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura	Sopa de macarrão com inhame, cenoura, repolho e carne bovina
Lanche da tarde II	Maçã	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina.	Ponkan

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	9/6	10/6	11/6	12/6	13/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de laranja	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz; feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, carne moída com cenoura. Purê de mandioquinha. Salada de couve	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Purê de batata. Abobrinha refogada. Maçã	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura. Abobrinha refogada. Salada de tomate	Arroz, feijão, frango cozido com cenoura. Batata assada. Salada de chuchu. Ponkan
Lanche I	Leite com café e bolo de laranja	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Torta de carne com batata, cenoura, tomate e milho	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Quirera cozida com pernil desfiado, cenoura e tomate
Lanche da tarde II	Maçã	Virado de banana	Ponkan	Leite com café e pão com margarina	Chocolate quente

***ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I**

***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.**

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

EMEF BAIRRO PAIOL GRANDE - FUNDAMENTAL E INFANTIL MANHÃ E TARDE E INFANTIL INTEGRAL

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	16/6	17/6	18/6	19/6	20/6
Desjejum	Chocolate quente	Leite com café e bolo de chocolate	Virado de banana	FERIADO	SUSPENSÃO DE AULAS
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura. Abobrinha refogada. Ponkan	Arroz, feijoadinha leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de tomate		
Lanche I	Leite com café e bolo de chocolate	Suco de polpa Pão com frango ao molho de tomate e cenoura.	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e carne desfiada		
Lanche da tarde II	Maçã	Virado de banana	Chocolate quente		

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	23/6	24/6	25/6	26/6	27/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de maçã	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe bovino. Batata assada. Salada de pepino. Maçã	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Virado de couve. Salada de beterraba	Arroz, feijão, carne de panela com mandioquinha e cenoura. Abobrinha refogada.
Lanche I	Leite com café e bolo de maçã	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura.	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e frango desfiado
Lanche da tarde II	Maçã	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina	Ponkan

***ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I**

***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.**

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

EMEF BAIRRO PAIOL GRANDE - FUNDAMENTAL E INFANTIL MANHÃ E TARDE E INFANTIL INTEGRAL

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO

INFANTIL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	401	57	17	12
Adequação	99%	100%	113%	100%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	945Kcal	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Prescrição	977	144	38	29
Adequação	103%	100%	108%	100%

FUNDAMENTAL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020): Art. 18 - V – atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	493Kcal	68 a 80	12 a 18	14 a 19
Prescrição	536kcal	86	22	17
Adequação	108%	107%	122%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

BERÇÁRIOS e MATERNAL I

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	2/6	3/6	4/6	5/6	6/6
Entrada	Manga	Bolo maçã (sem açúcar)	Panqueca de banana com ovo e aveia (sem açúcar)	Virado de banana sem açúcar	Suco de polpa Pão com ovo mexido
Refeição I	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, ovo mexido. Purê de batata. Cenoura cozida. Couve refogada.	Arroz, feijão, frango desfiado aomolho. Batata assada. Brócolis refogado. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão, carne bovina cozida. Quibebe. Salada de brócolis. Maça	Arroz, feijão preto, pernil desfiado. Purê de mandioquinha. Abobrinha refogada.
Mamadeira	Leite de vaca pasteurizado integral ou fórmula (indicada e trazida pela família)				
Lanche I	Maça	Manga	Banana	Ponkan	Mamão
Refeição II	Bolo maçã (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura	Sopa de macarrão com inhame, cenoura, repolho e carne bovina

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	9/6	10/6	11/6	12/6	13/6
Entrada	Mamão	Bolo de laranja (sem açúcar)	Panqueca de maçã com ovo e aveia (sem açúcar)	Virado de banana (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com ovo mexido.
Refeição I	Arroz; feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, carne moída com cenoura. Purê de mandioquinha. Salada de couve	Arroz, feijão preto, pernil desfiado. Purê de batata. Abobrinha refogada.	Arroz, feijão, ovo mexido. Abobrinha com cenoura refogadas. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão, frango cozido com cenoura. Batata assada. Salada de chuchu. Banana
Mamadeira	Leite de vaca pasteurizado integral ou fórmula (indicada e trazida pela família)				
Lanche I	Maça	Mamão	Banana	Manga	Ponkan
Refeição II	Bolo de laranja (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Torta de carne com batata, cenoura, tomate e milho	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Quirera cozida com pernil desfiado, cenoura e tomate

*Não adicionar sal e/ou leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 12 meses.

*Adequar consistência e temperatura da comida, conforme idade e desenvolvimento de cada criança.

*Para crianças de até 12 meses, não oferecer suco, oferecer água em substituição. Não oferecer folha crua, somente refogada bem picada.

*Oferecer o pão francês somente para crianças com 9 meses ou mais.

*É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI BERÇÁRIOS e MATERNAL I

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	16/6	17/6	18/6	19/6	20/6
Lanche I	Mamão	Bolo banana (sem açúcar)	Panqueca de maçã com ovo e aveia (sem açúcar)	FERIADO	SUSPENSÃO DE AULAS
Refeição I	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, ovo mexido. Abobrinha com cenoura refogadas. Ponkan	Arroz, feijão preto, pernil desfiado. Couve refogada. Salada de tomate		
Mamadeira	Leite de vaca pasteurizado integral ou fórmula (trazida pela família)				
Lanche I	Maçã	Banana	Manga		
Refeição II	Bolo de banana (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com frango ao molho de tomate e cenoura.	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e carne desfiada		

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda 23/6	Terça 24/6	Quarta 25/6	Quinta 26/6	Sexta 27/6
Entrada	Manga	Bolo de maçã (sem açúcar)	Panqueca de banana com ovo e aveia (sem açúcar)	Virado de banana sem açúcar	Suco de polpa Pão com ovo mexido
Refeição I	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, carne bovina desfiada. Batata assada. Salada de pepino.	Arroz, feijão, ovo mexido, abobrinha com cenoura refogadas. Salada de tomate. Maçã	Arroz, feijão preto, pernil desfiado. Couve refogada. Salada beterraba. Ponkan	Arroz, feijão, carne de panela com mandioquinha e cenoura. Abobrinha refogada.
Mamadeira	Leite de vaca pasteurizado integral ou fórmula (indicada e trazida pela família)				
Lanche I	Maçã	Manga	Ponkan	Mamão	Banana
Refeição II	Bolo de maçã (sem açúcar)	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura.	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e frango desfiado

*Não adicionar sal e/ou leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 12 meses.

*Adequar consistência e temperatura da comida, conforme idade e desenvolvimento de cada criança.

*Para crianças de até 12 meses, não oferecer suco, oferecer água em substituição. Não oferecer folha crua, somente refogada bem picada.

*Oferecer o pão francês somente para crianças com 9 meses ou mais.

*É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

BERÇÁRIOS e MATERNAL I

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO

VALORES DE REFERÊNCIA PARA ENERGIA, MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

CRECHE (7-11 meses)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	203	28 a 33	5 a 8	6 a 8	150	15	78	2
Prescrição	203	31	10	4	100	10,00	31,00	1,60
Adequação	100%	100%	125%	100%	66%	66%	39%	80%

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	304	42 a 49	8 a 11	8 a 12	63	4	150	1
Prescrição	322	49	16	7	157	13	70,00	2,4
Adequação	105%	100%	145%	87%	249%	325%	46%	240%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

CRECHE (7-11 meses)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	475	65 a 77	12 a 18	13 a 18	350	35	182	5
Prescrição	478	74	21	12	285,00	39,00	100,00	3,3
Adequação	100%	100%	116%	92%	81%	111%	54%	66%

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	708	97 a 115	18 a 27	20 a 28	147	9	350	2
Prescrição	743	114	27	21	336	45	228	4
Adequação	104%	100%	100%	100%	228%	500%	65%	200%

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

MATERNAL II - PARCIAL E INTEGRAL

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	2/6	3/6	4/6	5/6	6/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de cenoura	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Almoço	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura. Batata assada. Couve refogada.	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Brócolis refogado. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão, carne bovina cozida. Quibebe. Salada de brócolis. Maçã	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Purê de mandioquinha. Abobrinha refogada.
Lanche I	Maçã	Manga	Banana	Leite com chocolate 32% cacau	Mamão
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de cenoura	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura	Sopa de macarrão com inhame, cenoura, repolho e carne bovina

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	9/6	10/6	11/6	12/6	13/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de laranja	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Almoço	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, carne moída com cenoura. Purê de mandioquinha. Salada de couve	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Purê de batata. Abobrinha refogada.	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura. Abobrinha refogada. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão, frango cozido com cenoura. Batata assada. Salada de chuchu. Banana
Lanche I	Maçã	Mamão	Banana	Leite com chocolate 32% cacau	Ponkan
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de laranja	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Torta de carne com batata, cenoura, tomate e milho	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Quirera cozida com pernil desfiado, cenoura e tomate

***ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I**

***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.**

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

MATERNAL II - PARCIAL E INTEGRAL

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	16/6	17/6	18/6	19/6	20/6
Desjejum	Chocolate quente	Leite com café e bolo de chocolate	Virado de banana	FERIADO	SUSPENSÃO DE AULAS
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura. Abobrinha refogada. Ponkan	Arroz, feijoadinha leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de tomate		
Lanche I	Maçã	Banana	Manga		
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de chocolate	Suco de polpa Pão com frango ao molho de tomate e cenoura.	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e carne desfiada		

PARCIAL/ INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	23/6	24/6	25/6	26/6	27/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de maçã	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe bovino. Batata assada. Salada de pepino.	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate. Maçã	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Virado de couve. Salada de beterraba. Ponkan	Arroz, feijão, carne de panela com mandioquinha e cenoura. Abobrinha refogada.
Lanche I	Maçã	Manga	Ponkan	Leite com chocolate 32% cacau	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de maçã	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura.	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e frango desfiado

***ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I**

***O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.**

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

INFANTIL I - TARDE

TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	2/6	3/6	4/6	5/6	6/6
Lanche I	Maçã	Manga	Banana	Leite com chocolate 32% cacau	Mamão
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de cenoura	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura	Sopa de macarrão com inhame, cenoura, repolho e carne bovina

TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	9/6	10/6	11/6	12/6	13/6
Lanche I	Maçã	Mamão	Ponkan	Leite com chocolate 32% cacau	Manga
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de laranja	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Torta de carne com batata, cenoura, tomate e milho	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Quirera cozida com pernil desfiado, cenoura e tomate

TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	16/6	17/6	18/6	19/6	20/6
Lanche I	Maçã	Banana	Manga	FERIADO	SUSPENSÃO DE AULAS
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de chocolate	Suco de polpa Pão com frango ao molho de tomate e cenoura.	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e carne desfiada		

TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	23/6	24/6	25/6	26/6	27/6
Lanche I	Maçã	Manga	Mamão	Leite com chocolate 32% cacau	Ponkan
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de maçã	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura.	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e frango desfiado

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

MATERNAL II E INFANTIL I

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO

VALORES DE REFERÊNCIA PARA ENERGIA, MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	304	42 a 49	8 a 11	8 a 12	63	4	150	1
Prescrição	334	47	14	10	217	40	100,00	2,5
Adequação	109%	100%	127%	100%	344%	1000%	66%	250%

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	401	57	17	12
Adequação	99%	100%	113%	100%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	708	97 a 115	18 a 27	20 a 28	147	9	350	2
Prescrição	743	114	27	21	336	45	228	4
Adequação	104%	100%	100%	100%	228%	500%	65%	200%

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	945Kcal	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Prescrição	977	144	38	29
Adequação	103%	100%	108%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o cronograma de aulas, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições. *O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

CEMEI DO BAIRRO DO SÍTIO E QUILOMBO INTEGRAL

INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	2/6	3/6	4/6	5/6	6/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de cenoura	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche da manhã	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura. Batata assada. Couve refogada.	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Brócolis refogado. Salada de tomate.	Arroz, feijão, carne bovina cozida. Quibebe. Salada de brócolis	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Purê de mandioquinha. Abobrinha refogada.
Lanche I	Maçã	Manga	Banana	Leite com chocolate 32% cacau	Ponkan
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de cenoura	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura	Sopa de macarrão com inhame, cenoura, repolho e carne bovina

INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	9/6	10/6	11/6	12/6	13/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de laranja	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, carne moída com cenoura. Purê de mandioquinha. Salada de couve	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Purê de batata. Abobrinha refogada.	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura. Abobrinha refogada. Salada de tomate	Arroz, feijão, frango cozido com cenoura. Batata assada. Salada de chuchu.
Lanche I	Maçã	Mamão	Ponkan	Leite com chocolate 32% cacau	Banana
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de laranja	Suco de polpa Pão com ovo mexido	Suco de polpa Torta de carne com batata, cenoura, tomate e milho	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Quirera cozida com pernil desfiado, cenoura e tomate

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

CEMEI DO BAIRRO DO SÍTIO E QUILOMBO INTEGRAL

INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	16/6	17/6	18/6	19/6	20/6
Desjejum	Chocolate quente	Leite com café e bolo de chocolate	Virado de banana	FERIADO	SUSPENSÃO DE AULAS
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de beterraba	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura. Abobrinha refogada.	Arroz, feijoada leve (feijão preto e pernil). Couve refogada. Salada de tomate		
Lanche I	Maçã	Banana	Ponkan		
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de chocolate	Suco de polpa Pão com frango ao molho de tomate e cenoura.	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e carne desfiada		

INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	23/6	24/6	25/6	26/6	27/6
Desjejum	Leite com chocolate 32% cacau	Leite com café e bolo de maçã	Chocolate quente	Virado de banana	Leite com café e pão com margarina
Lanche	Arroz, feijão macarrão ao alho e azeite, frango desfiado ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe bovino. Batata assada. Salada de pepino.	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Salada de tomate.	Arroz, feijão preto, pernil em cubos acebolado. Virado de couve. Salada de beterraba	Arroz, feijão, carne de panela com mandioquinha e cenoura. Abobrinha refogada.
Lanche I	Maçã	Manga	Mamão	Leite com chocolate 32% cacau	Ponkan
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de maçã	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate e cenoura.	Suco de polpa Quibe de forno	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate e cenoura. Salada de brócolis	Sopa de macarrão com batata, cenoura, chuchu e frango desfiado

*ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS SERÃO ATENDIDOS CONFORME TABELA ANEXO I

*O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

CEMEI DO BAIRRO DO SÍTIO E QUILOMBO INTEGRAL

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO

VALORES DE REFERÊNCIA PARA ENERGIA, MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	401	57	17	12
Adequação	99%	100%	113%	100%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	945Kcal	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Prescrição	977	144	38	29
Adequação	103%	100%	108%	100%

*O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de JUNHO DE 2025

ANEXO I - ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

TIPO DE RESTRIÇÃO	CONDUTAS
ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE	·Não será ofertado leite de vaca (com ou sem lactose); ·Será ofertado somente o leite vegetal (coco, aveia, arroz) [Leite, leite com chocolate ou vitamina de frutas]; ·O leite de vaca será substituído pelo Leite Vegetal ou água em todas as preparações [purês, bolos, tortas e outros]
ALERGIA À CORANTES OU CONSERVANTES	·Não serão ofertados produtos industrializados que contenham o aditivo · Em dia de festa, em substituição à salsicha, será ofertado carne ao molho
ALERGIA À OVOS	·Não será ofertado ovos em geral, omeletes, macarrão com ovos em sua composição ou preparações com ovos [bolos, tortas, dentre outros]; ·O macarrão comum será substituído pelo macarrão de arroz (sem glúten e sem ovos); ·Os ovos serão substituídos nas preparações culinárias [bolos, tortas, dentre outros] conforme fichas técnicas de preparação.
DIABETES MELLITUS	·Não serão ofertadas preparações com açúcar; ·Será estipulado o porcionamento dos alimentos para cada caso.
DOENÇA CELÍACA	·Não serão ofertados alimentos que contenham Glúten sob nenhuma circunstância [trigo, aveia, centeio, malte ou cevada]; ·Os alimentos que contenham glúten serão substituídos conforme orientação do nutricionista e conversa com pais; ·Cuidado no preparo dos alimentos para evitar contaminação cruzada, conforme Manual; Os utensílios e panelas utilizados no preparo das refeições são exclusivos para este fim; ·No dia de pão, será ofertado pão caseiro sem glúten
INTOLERÂNCIA À LACTOSE	·Será ofertado apenas o Leite Zero Lactose [Leite, leite com chocolate, café com leite, vitamina de frutas] ·Conforme necessidade, após conversa com pais, o leite de vaca comum será substituído pelo Leite Zero Lactose em todas as preparações [purês, bolos, tortas e outros]
PEIXE, CARNE SUÍNA E DEMAIS ALERGIAS ESPECÍFICAS	·Não serão ofertadas preparações com os alergênicos, conforme relação de alunos afixada na cozinha de cada escola;
VEGETARIANO / VEGANO	·Será oferecida 1 porção extra de legume ou verdura + 1 porção extra de leguminosa já presentes no cardápio do dia. ·Será oferecido ovo em substituição à carne em caso de aluno ovo lacto vegetariano

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432

