

Ensino Fundamental I (6 a 10 anos) e II (11 a 14 anos) 07h00m /8h40m MAIO 2026

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Leite com chocolate Biscoito Amanteigado de Leite	Leite com chocolate Pão de forma com margarina	Leite com Chocolate Biscoito Salgado	Leite com chocolate Biscoito Amanteigado de Chocolate	Leite com Chocolate Biscoito Maisena
ARROZ, FEIJÃO, SALADA DE BATATA COM OVOS E SALSA	MACARRÃO COM MOLHO ORIENTAL (SASSAMI EM TIRAS, ACELGA, CENOURA E SHOYU) MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CARNE MOÍDA REFOGADA SALADA DE PEPINO MELÃO	ARROZ, PICADINHO DE CARNE COM ABOBORA ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, FILÉ DE COXA/SOBRECOXA REFOGADA SALADA DE BETERRABA COZIDA
4	5	6	7	8
Leite com Chocolate Biscoito Salgado	Leite com chocolate Biscoito Amanteigado de Chocolate	Leite com chocolate Pão de forma com margarina	Leite com Chocolate Biscoito Maisena	Leite com chocolate Pão de forma com requeijão
MACARRÃO À BOLONHESA SALADA DE REPOLHO MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, FILÉ DE PEIXE AO MOLHO PURÊ DE BATATA	ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO SALADA DE ALFACE	ARROZ, FEIJOADA LIGHT (PERNIL SUÍNO E LINGUIÇA CALABRESA) SALADA DE VINAGRETE MEXERICA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO REFOGADO SALADA DE ACELGA ABACAXI
11	12	13	14	15
Leite com chocolate Biscoito Amanteigado de Chocolate	Leite com Chocolate Pão de forma c/ margarina	Leite com Chocolate Biscoito Maisena	Leite com chocolate Biscoito Amanteigado de Leite	Leite com Chocolate Biscoito Salgado
ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, OVOS MEXIDOS COM QUEIJO SALADA DE CENOURA RALADA MELÃO	ARROZ, CARNE MOÍDA REFOGADA COM CHUCHU	ARROZ, FEIJÃO PRETO PERNIL REFOGADO ACEBOLADO COUVE REFOGADA MAMÃO	MACARRÃO À BOLONHESA SALADA DE REPOLHO	PLANEJAMENTO PEDAGÓGICO
18	19	20	21	22
Leite com Chocolate Biscoito Maisena	Leite com chocolate Pão de forma com requeijão	Leite com Chocolate Biscoito Salgado	Leite com Chocolate Pão de forma c/ margarina	Leite com chocolate Biscoito Amanteigado de Chocolate
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA REFOGADA COM BATATA E SALSA MELANCIA	MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO DESFIADO E MILHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ, CARNE DE PANELA SALADA DE ALFACE CAQUI	ARROZ, FEIJÃO, COXA/SOBRECOXA REFOGADA SALADA DE CENOURA RALADA	MACARRÃO COM MOLHO DE LINGUIÇA CALABRESA SALADA DE PEPINO BANANA
25	26	27	28	



Ensino Fundamental

MAIO 2026

Valor Nutricional do Cardápio

30% das Necessidades Nutricionais Diárias

1ª Semana MAIO 2026	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	974,23	104,09	48,69	29,9	-	368,96	15,93	320,06	3,63	-	-	591,77

2ª Semana MAIO 2026	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	1117,51	114,02	58,78	33,08	-	253,42	41,05	407,56	3,66	-	-	689,82

3ª Semana MAIO 2026	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	1079,64	107,01	57,88	32,65	-	291,43	46,14	376,02	3,8	-	-	596,5

4ª Semana MAIO 2026	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Fibr Tot (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Média daSemana	1064,8	112,17	55,15	29,92	-	405,78	31,62	307,24	3,58	-	-	745,39