



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ESCOLAS DE ENSINO INFANTIL – CMEIS
Mês e dias: MARÇO – 22 DIAS LETIVOS
Período Integral – matutino e vespertino (70% – 4 refeições)



CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL – CMEI I

CARDÁPIO DA MERENDA ESCOLAR

SEMANA 1

REFEIÇÃO (turnos)	IDADE	02/03/2026	03/03/2026	04/03/2026	05/03/2026	06/03/2026
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
DESJEJUM	7-11	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite	Papinha de mamão e aveia	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite
	1-3	Pão de leite Geleia de fruta sem açúcar Chá diversos sabores	Bolo de banana Achocolatado (cacau e leite)	Pão de leite Geleia de fruta sem açúcar Chá diversos sabores	Pão de leite Ovos mexidos Chá diversos sabores	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana
LANCHE DA MANHÃ	7-11	Abacate amassado	Mamão amassado	Abacate amassado	Mamão amassado	Abacate amassado
	1-3	Banana	Mamão	Banana	Mamão	Banana
ALMOÇO	7-11	Arroz e feijão com caldo Carne bovina refogada Cenoura cozida Brócolis picado Sobremesa: abacate amassado	Arroz e feijão com caldo Abobrinha refogada Carne moída refogada Sobremesa: maçã raspada	Polenta cremosa Carne bovina ao molho Cenoura cozida Sobremesa: abacate amassado	Arroz e feijão com caldo Batata cozida Carne moída ao molho Brócolis picado Sobremesa: maçã raspada	Arroz e feijão com caldo Carne bovina refogada Cenoura cozida Sobremesa: abacate amassado
	1-3	Arroz e feijão Carne bovina refogada com cenoura Alface Repolho ralado Sobremesa: melancia	Arroz e feijão Farofa cremosa de legumes (cen., abobr., brócolis) Carne moída refogada Sobremesa: laranja	Polenta cremosa Carne bovina ao molho Repolho refogado Alface Cenoura ralada Sobremesa: melancia	Arroz e feijão Escondidinho de batata com carne moída Alface Repolho ralado Sobremesa: laranja	Arroz e feijão Carne bovina refogada com cenoura Alface Sobremesa: melancia
LANCHE DA TARDE	7-11	Sopinha cabelo de anjo com picadinho de carne e legumes (cen., brócolis) Banana amassada	Arroz e feijão com caldo Purê de batata inglesa Carne moída ao molho Maçã raspada	Sopinha cabelo de anjo com picadinho de carne e legumes (cen., brócolis) Banana amassada	Arroz e feijão com caldo Purê de batata inglesa Carne moída ao molho Maçã raspada	Sopinha cabelo de anjo com picadinho de carne e legumes (cen., brócolis) Banana amassada
	1-3	Pão de leite Geleia de fruta sem açúcar Chá diversos sabores	Bolo de banana Achocolatado (cacau e leite)	Pão de leite Geleia de fruta sem açúcar Chá diversos sabores	Pão de leite Ovos mexidos Chá diversos sabores	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana

Observações. Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos, ao colocá-los no prato, amassar bem com o garfo até atingir a consistência pastosa (papa/purê). **Crianças de 8 a 12 meses:** Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e **GRADATIVAMENTE** em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas. **NÃO É PERMITIDO ADOÇAR AS PREPARAÇÕES. ESSE CARDÁPIO ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÕES CONFORME LICITAÇÃO E PRODUTOS DA ÉPOCA.**

SEMANA 2

REFEIÇÃO (turnos)	IDADE	09/03/2026	10/03/2026	11/03/2026	12/03/2026	13/03/2026
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
DESJEJUM	7-11	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite
	1-3	Farofa cremosa de ovos Chá diversos sabores	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana	Pão de leite Ovos mexidos Chá diversos sabores	Bolo de banana Chá diversos sabores Banana	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana
LANCHE DA MANHÃ	7-11	Maçã raspada ou cozida	Pêra raspada ou cozida	Maçã raspada ou cozida	Pêra raspada ou cozida	Maçã raspada ou cozida
	1-3	Manga	Pêra	Manga	Pêra	Manga
ALMOÇO	7-11	Arroz e feijão com caldo Polenta cremosa Carne de panela desfiada (músculo) Brócolis cozido Sobremesa: banana amassada	Macarrão cozido picado Carne moída refogada Cenoura cozida amassada Sobremesa: pêra raspada ou cozida	Arroz e feijão com caldo Ovos mexidos com tempero verde Brócolis cozido Sobremesa: maçã raspada ou cozida	Purê de batata salsa Carne de panela desfiada ao molho (músculo) Tomate Sobremesa: pêra raspada ou cozida	Arroz e feijão com caldo Ovos mexidos cremosos Cenoura cozida Maçã raspada ou cozida
	1-3	Polenta cremosa Carne de panela (músculo) Brócolis cozido Alface Sobremesa: manga	Macarrão ao sugo com carne moída Alface Cenoura ralada Sobremesa: pêra	Arroz e feijão Ovos mexidos com tempero verde Couve refogada Tomate Sobremesa: manga	Polenta cremosa Carne de panela ao molho (músculo) com batata salsa Alface Tomate Sobremesa: pêra	Arroz e feijão Farofa de ovos com couve Cenoura cozida Sobremesa: manga
LANCHE DA TARDE	7-11	Arroz e feijão Carne de panela desfiada (músculo) Brócolis cozido Banana amassada	Sopinha cab. anjo com batata salsa e carne moída Pêra raspada ou cozida	Sopinha cab. anjo com batata salsa e carne moída Maçã raspada ou cozida	Arroz e feijão Carne de panela desfiada (músculo) Brócolis cozido Banana amassada	Sopinha de arroz com carne moída e batata salsa Maçã raspada ou cozida
	1-3	Farofa cremosa de ovos Chá diversos sabores Banana	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana	Pão de leite Ovos mexidos Chá diversos sabores	Bolo simples Chá diversos sabores Banana	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana

Observações. Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos, ao colocá-los no prato, amassar bem com o garfo até atingir a consistência pastosa (papa/purê). **Crianças de 8 a 12 meses:** Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e **GRADATIVAMENTE** em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas. **NÃO É PERMITIDO ADOÇAR AS PREPARAÇÕES. ESSE CARDÁPIO ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÕES CONFORME LICITAÇÃO E PRODUTOS DA ÉPOCA.**

SEMANA 3

REFEIÇÃO (turnos)	IDADE	16/03/2026	17/03/2026	18/03/2026	19/03/2026	20/03/2026
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
DESJEJUM	7-11	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite	Papinha de mamão e aveia	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite
	1-3	Pão de leite Geleia de fruta sem açúcar Chá diversos sabores	Bolo de banana Achocolatado (cacau e leite)	Pão de leite Geleia de fruta sem açúcar Chá diversos sabores	Pão de leite Ovos mexidos Chá diversos sabores	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana
LANCHE DA MANHÃ	7-11	Abacate amassado	Mamão amassado	Abacate amassado	Mamão amassado	Abacate amassado
	1-3	Banana	Mamão	Banana	Mamão	Banana
ALMOÇO	7-11	Arroz e feijão com caldo Carne de frango refogada Cenoura cozida Brócolis picado Sobremesa: abacate amassado	Arroz e feijão com caldo Abobrinha refogada Carne moída refogada Sobremesa: maçã raspada	Polenta cremosa Carne de frango ao molho Cenoura cozida Sobremesa: abacate amassado	Arroz e feijão com caldo Batata cozida Carne moída ao molho Brócolis picado Sobremesa: maçã raspada	Arroz e feijão com caldo Carne de frango refogada Cenoura cozida Sobremesa: abacate amassado
	1-3	Arroz e feijão Carne de frango refogada com cenoura Alface Repolho ralado Sobremesa: melancia	Arroz e feijão Farofa cremosa de legumes (cen., abobr., brócolis) Carne moída refogada Sobremesa: laranja	Polenta cremosa Carne de frango ao molho Repolho refogado Alface Cenoura ralada Sobremesa: melancia	Arroz e feijão Escondidinho de batata com carne moída Alface Repolho ralado Sobremesa: laranja	Arroz e feijão Carne de frango refogada com cenoura Alface Sobremesa: melancia
LANCHE DA TARDE	7-11	Sopinha cabelo de anjo com frango e legumes (cen., brócolis) Banana amassada	Arroz e feijão com caldo Purê de batata inglesa Carne moída ao molho Maçã raspada	Sopinha cabelo de anjo com frango e legumes (cen., brócolis) Banana amassada	Arroz e feijão com caldo Purê de batata inglesa Carne moída ao molho Maçã raspada	Sopinha cabelo de anjo com frango e legumes (cen., brócolis) Banana amassada
	1-3	Pão de leite Geleia de fruta sem açúcar Chá diversos sabores	Bolo de banana Achocolatado (cacau e leite)	Pão de leite Geleia de fruta sem açúcar Chá diversos sabores	Pão de leite Ovos mexidos Chá diversos sabores	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana

Observações. Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos, ao colocá-los no prato, amassar bem com o garfo até atingir a consistência pastosa (papa/purê). **Crianças de 8 a 12 meses:** Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e **GRADATIVAMENTE** em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas. **NÃO É PERMITIDO ADOÇAR AS PREPARAÇÕES. ESSE CARDÁPIO ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÕES CONFORME LICITAÇÃO E PRODUTOS DA ÉPOCA.**

SEMANA 4

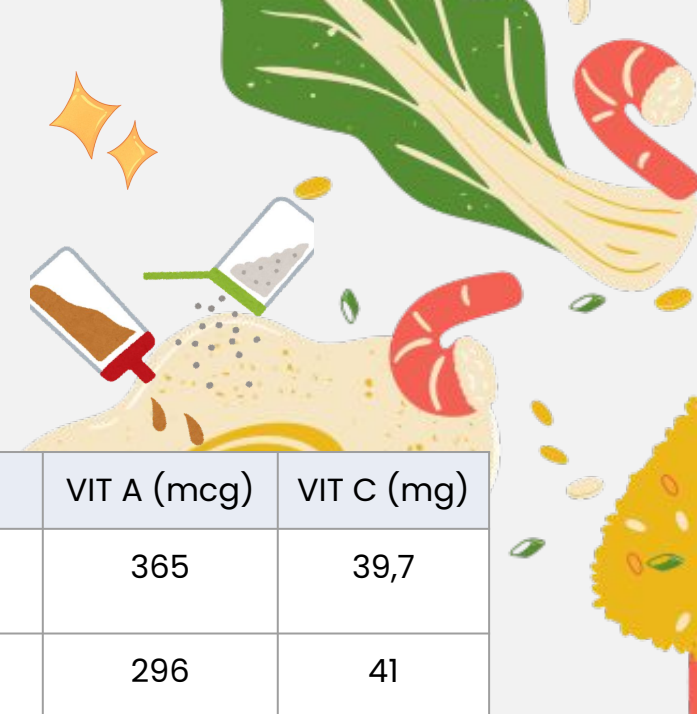
REFEIÇÃO (turnos)	IDADE	23/03/2026	21/03/2026	22/03/2026	23/03/2026	24/03/2026
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
DESJEJUM	7-11	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite
	1-3	Farofa cremosa de ovos Chá diversos sabores	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana	Pão de leite Ovos mexidos Chá diversos sabores	Bolo de banana Chá diversos sabores Banana	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana
LANCHE DA MANHÃ	7-11	Maçã raspada ou cozida	Pêra raspada ou cozida	Maçã raspada ou cozida	Pêra raspada ou cozida	Maçã raspada ou cozida
	1-3	Manga	Pêra	Manga	Pêra	Manga
ALMOÇO	7-11	Polenta cremosa Carne de panela desfiada (músculo) Brócolis cozido Sobremesa: banana amassada	Macarrão cozido picado Carne moída refogada Cenoura cozida amassada Sobremesa: pêra raspada ou cozida	Arroz e feijão com caldo Ovos mexidos com tempero verde Brócolis cozido Sobremesa: maçã raspada ou cozida	Purê de batata salsa Carne de panela desfiada ao molho (músculo) Tomate Sobremesa: pêra raspada ou cozida	Arroz e feijão com caldo Ovos mexidos cremosos Cenoura cozida Maçã raspada ou cozida
	1-3	Polenta cremosa Carne de panela (músculo) Brócolis cozido Alface Sobremesa: manga	Macarrão ao sugo com carne moída Alface Cenoura ralada Sobremesa: pêra	Arroz e feijão Ovos mexidos com tempero verde Couve refogada Tomate Sobremesa: manga	Polenta cremosa Carne de panela ao molho (músculo) com batata salsa Alface Tomate Sobremesa: pêra	Arroz e feijão Farofa de ovos com couve Cenoura cozida Sobremesa: manga
LANCHE DA TARDE	7-11	Arroz e feijão Carne de panela desfiada (músculo) Brócolis cozido Banana amassada	Sopinha cab. anjo com batata salsa e carne moída Pêra raspada ou cozida	Sopinha cab. anjo com batata salsa e carne moída Maçã raspada ou cozida	Arroz e feijão Carne de panela desfiada (músculo) Brócolis cozido Banana amassada	Sopinha de arroz com carne moída e batata salsa Maçã raspada ou cozida
	1-3	Farofa cremosa de ovos Chá diversos sabores Banana	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana	Pão de leite Ovos mexidos Chá diversos sabores	Bolo simples Chá diversos sabores Banana	Pudim gelado (mingau de amido com cacau e leite) Banana

Observações. Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos, ao colocá-los no prato, amassar bem com o garfo até atingir a consistência pastosa (papa/purê). **Crianças de 8 a 12 meses:** Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e **GRADATIVAMENTE** em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas. **NÃO É PERMITIDO ADOÇAR AS PREPARAÇÕES. ESSE CARDÁPIO ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÕES CONFORME LICITAÇÃO E PRODUTOS DA ÉPOCA.**

SEMANA 5

REFEIÇÃO (turnos)	IDADE	30/03/2026	31/03/2026			
		Segunda-feira	Terça-feira			
DESJEJUM	7-11	Papinha de pão com leite	Papinha de pão com leite			
	1-3	Pão de leite Geleia de fruta sem açúcar Chá diversos sabores	Pão de leite Ovos mexidos Chá diversos sabores			
LANCHE DA MANHÃ	7-11	Abacate amassado	Maçã raspada ou cozida			
	1-3	Banana	Manga			
ALMOÇO	7-11	Arroz e feijão com caldo Carne bovina refogada Cenoura cozida Brócolis picado Sobremesa: abacate amassado	Arroz e feijão com caldo Carne de panela desfiada (músculo) Brócolis cozido Sobremesa: banana amassada			
	1-3	Arroz e feijão Carne bovina refogada com cenoura Alface Repolho ralado Sobremesa: banana	Arroz e feijão Carne de panela (músculo) Brócolis cozido Alface Sobremesa: manga			
LANCHE DA TARDE	7-11	Sopinha cabelo de anjo com picadinho bovino e legumes (cen., brócolis) Banana amassada	Arroz e feijão Carne de panela desfiada (músculo) Brócolis cozido Banana amassada			
	1-3	Pão de leite Geleia de fruta sem açúcar Chá diversos sabores	Pão de leite Ovos mexidos Chá diversos sabores			

Observações. Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos, ao colocá-los no prato, amassar bem com o garfo até atingir a consistência pastosa (papa/purê). **Crianças de 8 a 12 meses:** Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e **GRADATIVAMENTE** em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas. **NÃO É PERMITIDO ADOÇAR AS PREPARAÇÕES. ESSE CARDÁPIO ESTÁ SUJEITO A ALTERAÇÕES CONFORME LICITAÇÃO E PRODUTOS DA ÉPOCA.**



Recomendações nutricionais por semana

	KCAL	PTN (g-%)	CHO (g-%)	LIP (g-%)	CA (mg)	FE (mg)	VIT A (mcg)	VIT C (mg)
SEMANA 1	687,2	137,4 - 35%	85,9-50%	22,9-20%	281	4,7	365	39,7
SEMANA 2	754	47,1-25%	112-60%	12,6-15%	356	3,5	296	41
SEMANA 3	687,2	137,4 - 35%	85,9-50%	22,9-20%	281	4,7	365	39,7
SEMANA 4 e 5	830	51,9-25%	124,5-60%	13,8-15%	587	4,1	301	44

Categoria	Idade	Energia (kcal)	70% das Necessidades diárias				Vitaminas		Minerais	
			CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	A (mcg)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	
			55% a 65% do VET	10 % a 15% do VET	25% a 35% do VET					
Creche	7 - 11 meses	475	65 a 77	12 a 18	13 a 18	350	35	182	5	
	1 - 3 anos	708	97 a 115	18 a 27	20 a 28	147	9	350	2	

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004; Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS), 2004 e 2007. Dietary Reference Intakes para Vitamina C (2000); Dietary Reference Intakes para Vitamina A e ferro (2001); Dietary Reference Intakes para Cálcio (2011). *Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total 39 da Dieta (VET).



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ESCOLAS DE ENSINO INFANTIL – CMEIS

Mês e dias: MARÇO – 22 DIAS LETIVOS

Período Integral – matutino e vespertino (70% – 4 refeições)

ORIENTAÇÕES PARA CRIANÇAS DE 0-6 MESES

- Alimentação composta exclusivamente por **leite materno** (ordenhado e enviado pela família) ou **fórmula infantil para lactentes**, conforme a rotina da criança.
- NÃO DEVE ser ofertado leite de vaca ou derivados, água, chás, sucos, papinhas, frutas, legumes, cereais.

ORIENTAÇÕES PARA CRIANÇAS DE 7-11 MESES

- Alimentos amassados, picados ou desfiados, **nunca liquidificados**.
- Estimular a mastigação.
- Oferecer frutas amassadas ou picadas, preferencialmente como lanche ou sobremesa.
- Alimentação complementar adequada à idade, com alimentos amassados ou picados, respeitando os grupos alimentares, sem adição de sal, açúcar ou ultraprocessados.





PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ESCOLAS DE ENSINO INFANTIL – CMEIS

Mês e dias: MARÇO - 22 DIAS LETIVOS

Período Integral - matutino e vespertino (70% - 4 refeições)

ORIENTAÇÕES PARA ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

02/02/2026

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

- Utilizar LEITE SEM LACTOSE em todas as preparações que contenham leite;
- Utilizar PÃO FRANCÊS quando houver o item pão de leite.

