



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

CARDÁPIO ESCOLAS DE ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL

Mês e dias: MARÇO - 22 DIAS LETIVOS

Período Integral - matutino e vespertino (70% - uma refeição)



PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – APRENDIZES DO FUTURO

CARDÁPIO DA MERENDA ESCOLAR

Nutricionista Responsável Técnica
CRN8-14628



SEMANA 1

REFEIÇÃO (turnos)	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
CAFÉ DA MANHÃ	Bolacha caseira logurte de fruta Banana	Pão francês Ovos mexidos cremosos Chá de diversos sabores (açúcar cristal)	Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Salada de fruta: banana, mamão, maçã	Pão francês Margarina Queijo mussarela Café com leite (açúcar cristal)	Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Banana
ALMOÇO	Arroz parboilizado Macarrão ao sugo com carne moída Feijão preto Alface Pepino Suco natural de melancia	Arroz parboilizado Farofa de couve Feijão preto Carne suína refogada Alface Cenoura Abacaxi	Arroz parboilizado Virado de feijão Ovos mexidos Repolho picado Cenoura ralada Melancia	Macarrão cozido Carne moída ao molho Alface Repolho picado Suco natural de melancia	Arroz parboilizado Feijão preto Quirerinha com carne suína refogada Alface Pepino Suco natural de abacaxi
LANCHE DA TARDE	Bolacha caseira logurte de fruta Banana	Pão francês Ovos mexidos cremosos Chá de diversos sabores (açúcar cristal)	Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Salada de fruta: banana, mamão, maçã	Pão francês Margarina Queijo mussarela Café com leite (açúcar cristal)	Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Banana



SEMANA 2

REFEIÇÃO (turnos)	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
CAFÉ DA MANHÃ	Cuca caseira Doce de fruta Chá de diversos sabores (açúcar cristal) Pêra	Pão francês Carne moída ao molho Café com leite (açúcar cristal)	Farofa de ovos Café com leite (açúcar cristal) Banana	Pudim gelado (mingau de maisena) Bolacha caseira Chá de diversos sabores (açúcar cristal)	Cuca caseira logurte de fruta Salada de fruta: banana e maçã
ALMOÇO	Arroz parboilizado Macarrão cozido Carne bovina ao molho Alface Tomate Limonada	Arroz parboilizado Purê de batata Feijão preto Carne suína refogada Abobrinha cozida Maçã	Arroz parboilizado Farofa de couve Carne suína Feijão preto Tomate Limonada	Arroz parboilizado Batata cozida Carne bovina ao molho Alface Abobrinha cozida Maçã	Arroz parboilizado Feijão preto Farofa de couve Ovos mexidos cremosos Tomate Limonada
LANCHE DA TARDE	Cuca caseira Doce de fruta Chá de diversos sabores (açúcar cristal) Pêra	Pão francês Carne moída ao molho Café com leite (açúcar cristal)	Farofa de ovos Café com leite (açúcar cristal) Banana	Pudim gelado (mingau de maisena) Bolacha caseira Chá diversos sabores (açúcar cristal)	Cuca caseira logurte de fruta Salada de fruta: banana e maçã



SEMANA 3

REFEIÇÃO (turnos)	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
CAFÉ DA MANHÃ	Bolacha caseira iogurte de fruta Banana	Pão francês Ovos mexidos cremosos Chá de diversos sabores (açúcar cristal)	Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Salada de fruta: banana, mamão, maçã	Pão francês Margarina Queijo mussarela Café com leite (açúcar cristal)	Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Banana
ALMOÇO	Arroz parboilizado Macarrão ao sugo com carne moída Feijão preto Alface Pepino Suco natural de melancia	Arroz parboilizado Farofa de couve Feijão preto Carne suína refogada Alface Cenoura Abacaxi	Arroz parboilizado Virado de feijão Ovos mexidos Repolho picado Cenoura ralada Melancia	Macarrão cozido Carne moída ao molho Alface Repolho picado Suco natural de melancia	Arroz parboilizado Feijão preto Quirerinha com carne suína refogada Alface Pepino Suco natural de abacaxi
LANCHE DA TARDE	Bolacha caseira iogurte de fruta Banana	Pão francês Ovos mexidos cremosos Chá de diversos sabores (açúcar cristal)	Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Salada de fruta: banana, mamão, maçã	Pão francês Margarina Queijo mussarela Café com leite (açúcar cristal)	Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Banana



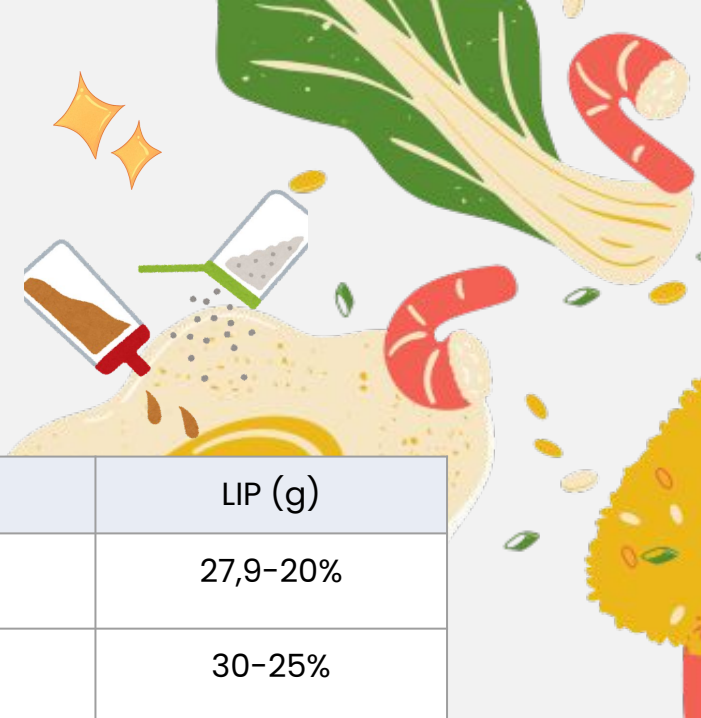
SEMANA 4

REFEIÇÃO (turnos)	23/03/2026	24/03/2026	25/03/2026	26/03/2026	27/03/2026
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
CAFÉ DA MANHÃ	Cuca caseira Doce de fruta Chá de diversos sabores (açúcar cristal) Pêra	Pão francês Carne moída ao molho Café com leite (açúcar cristal)	Farofa de ovos Café com leite (açúcar cristal) Banana	Pudim gelado (mingau de maisena) Bolacha caseira Chá de diversos sabores (açúcar cristal)	Cuca caseira logurte de fruta Salada de fruta: banana e maçã
ALMOÇO	Arroz parboilizado Macarrão cozido Carne bovina ao molho Alface Tomate Limonada	Arroz parboilizado Purê de batata Feijão preto Carne suína refogada Abobrinha cozida Maçã	Arroz parboilizado Farofa de couve Carne suína Feijão preto Tomate Limonada	Arroz parboilizado Batata cozida Carne bovina ao molho Alface Abobrinha cozida Maçã	Arroz parboilizado Feijão preto Farofa de couve Ovos mexidos cremosos Tomate Limonada
LANCHE DA TARDE	Cuca caseira Doce de fruta Chá de diversos sabores (açúcar cristal) Pêra	Pão francês Carne moída ao molho Café com leite (açúcar cristal)	Farofa de ovos Café com leite (açúcar cristal) Banana	Pudim gelado (mingau de maisena) Bolacha caseira Chá diversos sabores (açúcar cristal)	Cuca caseira logurte de fruta Salada de fruta: banana e maçã



SEMANA 5

REFEIÇÃO (turnos)	30/03/2026	31/03/2026			
	Segunda-feira	Terça-feira			
CAFÉ DA MANHÃ	Bolacha caseira iogurte de fruta Banana	Pão francês Carne moída ao molho Café com leite (açúcar cristal)			
ALMOÇO	Arroz parboilizado Macarrão ao sugo com carne moída Feijão preto Alface Pepino Suco natural de melancia	Arroz parboilizado Purê de batata Feijão preto Carne suína refogada Alface Pepino Melancia			
LANCHE DA TARDE	Bolacha caseira iogurte de fruta Banana	Pão francês Carne moída ao molho Café com leite (açúcar cristal)			



Recomendações nutricionais por semana

	KCAL	PTN (g)	CHO (g)	LIP (g)
SEMANA 1	1254,7	203,9-65%	62,7-20%	27,9-20%
SEMANA 2	1365,1	221-60%	68-25%	30-25%
SEMANA 3	1254,7	203,9-65%	62,7-20%	27,9-20%
SEMANA 4 e 5	1561,6	225-60%	71-25%	40-25%

Categoria	Idade	70% das Necessidades diárias			
		Energia (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)
Pré-escola	4 - 5 anos	945	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Ensino fundamental	6 - 10 anos	1150	158 a 187	29 a 43	32 a 45

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



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

CARDÁPIO ESCOLAS DE ENSINO INFANTIL E FUNDAMENTAL
Mês e dias: FEVEREIRO - 14 DIAS LETIVOS
Período Integral - matutino e vespertino (70% - uma refeição)

ORIENTAÇÕES PARA ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

02/02/2026

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

- Utilizar LEITE SEM LACTOSE em todas as preparações que contenham leite;
- Utilizar BISCOITO TIPO MAISENA quando houver o item bolacha caseira;
- O PÃO FRANCÊS não contém lactose.

