



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% - três refeições)



PROGRAMA JORNADA AMPLIADA – AABB

CARDÁPIO DA MERENDA ESCOLAR

Nutricionista Responsável Técnica
CRN8-14628



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

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 Salada de fruta: banana, mamão, maçã | Pão francês Ovos mexidos cremosos Chá de diversos sabores (açúcar demerara) | Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Banana | Pão francês Margarina Queijo mussarela Café com leite (açúcar demerara) | - |
| 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 Melancia | Macarrão cozido Carne moída ao molho Pepino picado Cenoura ralada Suco natural de abacaxi | - |
| LANCHE DA TARDE | Bolacha caseira logurte de fruta Salada de fruta: banana, mamão, maçã | Pão francês Ovos mexidos cremosos Chá de diversos sabores (açúcar cristal) | Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Banana | Pão francês Margarina Queijo mussarela Café com leite (açúcar cristal) | - |



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

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 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) | - |
| 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 Couve refogada Carne suína refogada Feijão preto Tomate Limonada | Arroz parboilizado Batata cozida Carne bovina ao molho Alface Abobrinha cozida Maçã | - |
| LANCHE DA TARDE | Cuca caseira Doce de fruta Chá diversos sabores (açúcar demerara) 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) | - |



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 Salada de fruta: banana, mamão, maçã | Pão francês Ovos mexidos cremosos Chá de diversos sabores (açúcar demerara) | Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Banana | Pão francês Margarina Queijo mussarela Café com leite (açúcar cristal) | - |
| 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 Repolho picado Cenoura ralada Suco natural de melancia | - |
| LANCHE DA TARDE | Bolacha caseira iogurte de fruta Salada de fruta: banana, mamão, maçã | Pão francês Ovos mexidos cremosos Chá de diversos sabores (açúcar demerara) | Cuca caseira Café com leite (açúcar cristal) Banana | Pão francês Margarina Queijo mussarela Café com leite (açúcar cristal) | - |



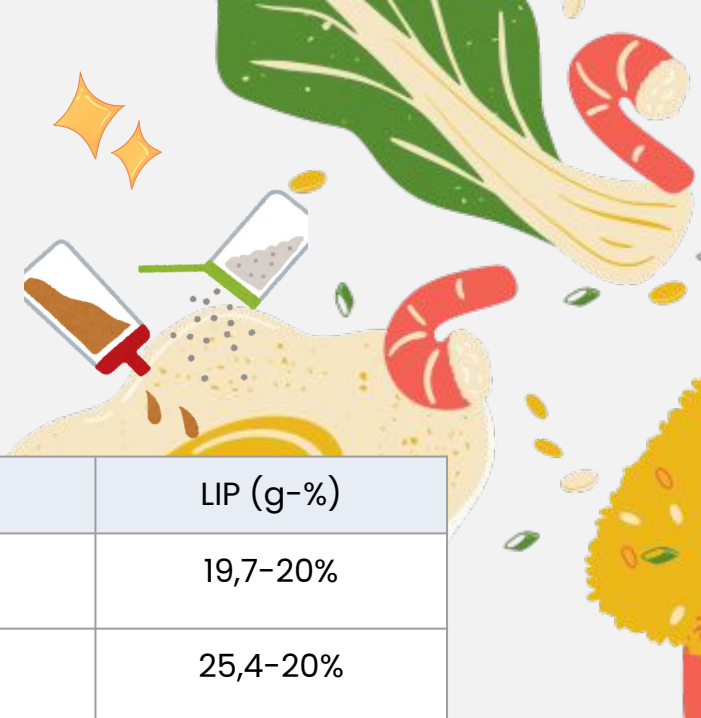
SEMANA 4

| 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 diversos sabores (açúcar demerara) 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 demerara) | - |
| 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 Couve refogada Carne suína refogada Feijão preto Tomate Limonada | Arroz parboilizado Batata cozida Carne bovina ao molho Alface Abobrinha cozida Maçã | - |
| LANCHE DA TARDE | Cuca caseira Doce de fruta Chá diversos sabores (açúcar demerara) 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 demerara) | - |



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 demerara) | | | |
| 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 | CHO (g-%) | PTN (g-%) | LIP (g-%) |
|--------------|--------|-----------|-----------|-----------|
| SEMANA 1 | 1002,8 | 150,4-60% | 62,7-25% | 19,7-20% |
| SEMANA 2 | 1144,6 | 186-65% | 57,2-20% | 25,4-20% |
| SEMANA 3 | 1002,8 | 150,4-60% | 62,7-25% | 19,7-20% |
| SEMANA 4 e 5 | 1654,6 | 198-70% | 63,7-24% | 30,1-25% |

| 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.

