



ALIMENTA  O ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCA  O - MARÇO/2025

Para atendimento: Alunos matriculados no Fundamental I (1  o ao 5  o ano) e Fundamental II (06  o ao 9  o ano) - faixa etária a partir de 06 anos

SERVIÇOS			03/03/2025	04/03/2025	05/03/2025	06/03/2025	07/03/2025
			Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
			Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.				
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL MANHÃ	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO LANCHE DA MANHÃ/ NOITE	ATIVIDADE SUSPensa	FERIADO DE CARNAVAL	ATIVIDADE SUSPensa	Smoothie: Leite batido com banana congelada	Leite batido com abacate
						Flocos de milho	Biscoito salgado
SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ/NOITE	Arroz branco	Arroz branco					
	Isclas de frango com tomate, cheiro verde e milho	Feijão carioca					
	Cenoura sauté	Pernil em cubos com abóbora					
	Salada de escarola	Salada de alface					
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL TARDE	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO LANCHE DA TARDE (para consumo somente aluno parcial tarde)			Smoothie: Leite batido com banana congelada	Leite com café	Salada de fruta (banana + maçã + banana + suco de laranja)
					Biscoito tipo maisena	Mamão com aveia	Chips de maçã
		SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE			Arroz branco	Macarrão tipo penne com molho de tomate	Pão tipo hot dog
					Feijão carioca		Carne moída refogada com molho de tomate
			Ovo mexido com cheiro verde	Linguiça acebolada	Tomate picado		
Salada de repolho com tomate e cenoura ralada	Abobrinha e abóbora refogadas		Cenoura ralada				
		Salada de acelga	Alface				
		Abacaxi	Suco de abacaxi com hortelã				

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1220,76 KCAL / CHO 175,85 g / PTN 53,33 g / LIP 25,49 g / Fe 8,24 mg / Sódio 1496,72 mg / Zn 5,69 mg / Ca 411,11 mg / VIT A 872,34 mcg / Mg 231,76 mg / VIT C 71,57 mg / Fibras 18,74 g
Cardápio período parcial: VCT 766,20 KCAL / CHO 114,09 g / PTN 36,24 g / LIP 17,77 g / Fe 5,11 mg / Sódio 931,17 mg / Zn 3,85 mg / Ca 343,27 mg / VIT A 542,82 mcg / Mg 151,07 mg / VIT C 27,19 mg / Fibras 10,92 g
SUPRINDO 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS INTEGRAIS.

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adaptações deste cardápio.

Legumes, verduras e frutas: considerar a safra para fornecimento.

Os g  neros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de matur  o/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimenta  o oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orienta  o/autoriza  o do Setor de Alimenta  o Escolar.



ALIMENTA  O ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCA  O - MARÇO/2025

Para atendimento: Alunos matriculados no Fundamental I (1  o ao 5  o ano) e Fundamental II (06  o ao 9  o ano) - faixa etária a partir de 06 anos

SERVIÇOS		10/03/2025	11/03/2025	12/03/2025	13/03/2025	14/03/2025		
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira		
		Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.						
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL MANHÃ	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO LANCHE DA MANHÃ/ NOITE	Leite com chocolate em pó Mamão	Leite batido com mamão Biscoito salgado	Leite com café Pão tipo hot dog com margarina	Leite batido com banana e maçã Biscoito tipo rosquinha de leite	Leite com café Banana + Chips de maçã	
		SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ/NOITE	Arroz branco Feijão carioca Filé de peixe com molho de tomate e batata Salada de acelga com cenoura ralada	Macarrão tipo penne com molho de tomate Carne moída refogada Pepino e tomate picados Salada de repolho	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido com cheiro verde Beterraba cozida Salada de acelga	Arroz branco Feijão preto Pernil em cubos acebolado Farofa com cenoura Couve refogada	Arroz branco Polenta cremosa Frango desfiado com molho de tomate Salada de escarola com cenoura ralada	
						Mamão picado		
			SERVIÇO LANCHE DA TARDE (para consumo somente aluno parcial tarde)	Leite batido com mamão e maçã Biscoito tipo maisena	Leite com chocolate em pó Maçã	Salada de fruta (banana + maçã + banana + suco de laranja)	Leite com café Biscoito salgado	Smoothie: Leite batido com banana congelada Flocos de milho
			SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Arroz branco Feijão carioca Frango em cubos com abóbora Abobrinha refogada Salada de repolho	Arroz branco Feijão carioca Almôndega com molho de tomate e cheiro verde Salada de acelga	Macarrão tipo parafuso com molho de tomate Carne moída refogada com molho de tomate Cenoura ralada Salada de escarola com tomate	Pão tipo hot dog Ovo mexido com cenoura ralada e cheiro verde Tomate Alface Suco de acerola	Arroz branco Feijão preto Pernil em cubos com tomate Farofa com couve Pepino picado Abacaxi

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1220,76 KCAL / CHO 175,85 g / PTN 53,33 g / LIP 25,49 g / Fe 8,24 mg / Sódio 1496,72 mg / Zn 5,69 mg / Ca 411,11 mg / VIT A 872,34 mcg / Mg 231,76 mg / VIT C 71,57 mg / Fibras 18,74 g
Cardápio período parcial: VCT 766,20 KCAL / CHO 114,09 g / PTN 36,24 g / LIP 17,77 g / Fe 5,11 mg / Sódio 931,17 mg / Zn 3,85 mg / Ca 343,27 mg / VIT A 542,82 mcg / Mg 151,07 mg / VIT C 27,19 mg / Fibras 10,92 g
SUPRINDO 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS INTEGRAIS.

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adapta  es deste cardápio.

Legumes, verduras e frutas: considerar a safra para fornecimento.

Os g  neros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de maturac  o/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimenta  o oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como t  mbar sanitários, conforme orienta  o/autoriza  o do Setor de Alimenta  o Escolar.



ALIMENTA  O ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCA  O - MARÇO/2025

Para atendimento: Alunos matriculados no Fundamental I (1  o ao 5  o ano) e Fundamental II (06  o ao 9  o ano) - faixa etária a partir de 06 anos

SERVIÇOS		17/03/2025	18/03/2025	19/03/2025	20/03/2025	21/03/2025
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		Horário de distribui��o dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.				
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PER��DO PARCIAL MANHÃ	SERVIÇO LANCHE DA MANHÃ/NOITE	Leite com chocolate em p�� Maça	Leite batido com mamão Pão tipo hot dog com requeijão cremoso	Leite batido com maça e mamão Biscoito tipo maria	Leite com café Biscoito salgado + Chips de maça	Smoothie: Leite batido com banana congelada Biscoito tipo rosquinha de chocolate
		Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido com tomate e cheiro verde Salada de escarola com cenoura ralada	Macarrão tipo parafuso com molho de tomate Frango em cubos com abobrinha Abóbora refogada Salada de acelga	Arroz branco Feijão carioca Carne em cubos com mandioca Salada de escarola	Macarrão tipo espaguete com molho de tomate Isclas de frango acebolado Abobrinha refogada Salada de alface com tomate	Arroz branco Feijão carioca Pernil em cubos com abóbora Salada de repolho
	SERVIÇO REFEI��O MANHÃ/NOITE		Mel��o			
		Leite batido com mamão e maça Biscoito salgado	Leite com chocolate em p�� Banana	Salada de fruta (banana + maça + banana + suco de laranja) Chips de maça	Leite com café Biscoito tipo maria	Leite batido com abacate Biscoito salgado
		Arroz branco Feijão carioca Isclas de frango acebolado Abóbora refogada Salada de acelga com tomate Abacaxi	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido com cenoura e tomate Salada de alface e pepino	Macarrão tipo espaguete com molho de tomate Pernil em cubos com molho de tomate Abóbora e abobrinha refogadas Salada de repolho	Arroz branco Feijão carioca Carne em cubos molho de tomate com batata Salada de escarola	Pão tipo hot dog Atum com requeijão cremoso e milho Cenoura ralada Alface e tomate Suco de goiaba

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1220,76 KCAL / CHO 175,85 g / PTN 53,33 g / LIP 25,49 g / Fe 8,24 mg / Sódio 1496,72 mg / Zn 5,69 mg / Ca 411,11 mg / VIT A 872,34 mcg / Mg 231,76 mg / VIT C 71,57 mg / Fibras 18,74 g
Cardápio período parcial: VCT 766,20 KCAL / CHO 114,09 g / PTN 36,24 g / LIP 17,77 g / Fe 5,11 mg / Sódio 931,17 mg / Zn 3,85 mg / Ca 343,27 mg / VIT A 542,82 mcg / Mg 151,07 mg / VIT C 27,19 mg / Fibras 10,92 g
SUPRINDO 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS INTEGRAIS.

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adapta  es deste cardápio.

Legumes, verduras e frutas: considerar a safra para fornecimento.

Os g  neros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de maturac  o/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimenta  o oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orienta  o/autoriza  o do Setor de Alimenta  o Escolar.



ALIMENTA  O ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCA  O - MARÇO/2025

Para atendimento: Alunos matriculados no Fundamental I (1  o ao 5  o ano) e Fundamental II (06  o ao 9  o ano) - faixa etária a partir de 06 anos

SERVIÇOS		24/03/2025	25/03/2025	26/03/2025	27/03/2025	28/03/2025	
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
		Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.					
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL MANHÃ	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO LANCHE DA MANHÃ/ NOITE	Bebida láctea	Leite com chocolate em pó	Leite batido com abacate	Leite com café	Leite batido com banana e mamão
			Flocos de milho	Maçã	Biscoito tipo rosquinha de leite	Banana com aveia	Biscoito salgado
		SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ/NOITE	Arroz branco	Arroz branco	Macarrão tipo parafuso com molho de tomate	Arroz branco	Arroz branco
			Feijão carioca	Feijão carioca		Feijão carioca	Feijão carioca
			Ovo mexido com cenoura ralada	Pernil em cubos com abóbora	Frango em cubos acebolado	Carne moída refogada	Isclas de fígado acebolado
Salada de acelga com tomate	Salada de escarola		Cenoura sauté	Salada de alface com beterraba ralada	Purê de batata		
	Melancia		Salada de repolho		Salada de alface		
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL TARDE	CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO LANCHE DA TARDE (para consumo somente aluno parcial tarde)	Bebida láctea	Leite batido com maçã e mamão	Leite com café	Leite batido com banana	Salada de fruta (banana + maçã + banana + suco de laranja)
			Flocos de milho	Biscoito salgado	Pão tipo hot dog com manteiga	Biscoito tipo rosquinha de chocolate	Chips de maçã
		SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Pão tipo hot dog	Macarrão tipo parafuso com molho de tomate
			Feijão carioca	Polenta cremosa	Feijão carioca	Ovo mexido com tomate e cheiro verde	Pernil em cubos acebolado
			Frango em cubos com abóbora	Carne moída com molho de tomate	Filé de peixe com molho de tomate, cheiro verde e batata	Cenoura ralada	Abobrinha e abóbora refogadas
Salada de escarola	Salada de acelga com cenoura ralada		Salada de alface	Alface	Salada de repolho		
		Melão		Suco de goiaba			

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1220,76 KCAL / CHO 175,85 g / PTN 53,33 g / LIP 25,49 g / Fe 8,24 mg / Sódio 1496,72 mg / Zn 5,69 mg / Ca 411,11 mg / VIT A 872,34 mcg / Mg 231,76 mg / VIT C 71,57 mg / Fibras 18,74 g
Cardápio período parcial: VCT 766,20 KCAL / CHO 114,09 g / PTN 36,24 g / LIP 17,77 g / Fe 5,11 mg / Sódio 931,17 mg / Zn 3,85 mg / Ca 343,27 mg / VIT A 542,82 mcg / Mg 151,07 mg / VIT C 27,19 mg / Fibras 10,92 g
SUPRINDO 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS INTEGRAIS.

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adaptações deste cardápio.

Legumes, verduras e frutas: considerar a safra para fornecimento.

Os g  neros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de matur  o/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimenta  o oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orienta  o/autoriza  o do Setor de Alimenta  o Escolar.