

ALERGIA AO OVO



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)			SETEMBRO/2026					
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 31	TERÇA-FEIRA 01	QUARTA-FEIRA 02 SABORES DA TERRA		QUINTA-FEIRA 03		SEXTA-FEIRA 04	
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva integral *Banana *Pão de legumes com requeijão	*Leite com uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão	*Iogurte *Banana *Pão de legumes com patê de frango ou peixe		*Leite com maçã (aquecido) *Banana *Pão de legumes c/ requeijão		*Iogurte com cereal matinal *Maçã em pedaços *Pão de legumes com doce de frutas	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão carioca *Polenta *Coxa ao molho *Tomate com grão-de-bico *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Batata doce *Carne moída *Repolho, cenoura e tomate *Manga (Sobremesa)	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Legumes refogados: batata salsa org., cenoura, batata inglesa, abobrinha. *Carne suína refogada *Alface e brócolis orgânicos *Laranja (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Macarrão de ARROZ com carne moída ao molho *Alface e couve-flor orgânicos *Ameixa (Sobremesa)		*Risoto colorido (coxa + peito) *Feijão preto *Maionese de batata (SEM OVOS) *MIX: Repolho, couve, cenoura e tomate *Melão (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Laranja	*Ameixa	*Manga		*Melão		*Banana	
Jantar 15h30min	*Risoto de carne moída e legumes *Feijão com bastante caldo	*Sopa de legumes (batata, cenoura, batata salsa e tomate) carne bovina e macarrão de ARROZ	*Macarrão de ARROZ com frango desfiado e salada de alface em fininha com tomate		*Caldo de mandioca com carne suína, salada de tomate		*Quirera c/ carne suína e cenoura, salada de repolho *Feijão com bastante caldo	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g	PTN (g) 10% à 15% do VET 18g à 27g	LPD (g) 25% à 35% do VET 20g à 28g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	684,81 kcal	100 g	21 g	23 g	140 mg	2 mg	114 mcg	37 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*Para os CMEIs que preferirem, 1 refeição do Jantar pode ser trocada por torta salgada e suco, ou bolo sem açúcar e mousse de banana e cacau podendo escolher qual dia será feita a troca.

*AS SALADAS PODEM SER
OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO
PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR
OS LEGUMES DISPONÍVEIS

ALERGIA AO OVO



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)						SETEMBRO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 07	TERÇA-FEIRA 08	QUARTA-FEIRA 09	QUINTA-FEIRA 10	SEXTA-FEIRA 11			
Café da manhã 07h45min	*Feriado	*Conselho de classe sem aluno	*Iogurte *Banana *Pão de legumes com patê de frango ou peixe	*Leite com maçã (aquecido) *Banana *Pão de legumes c/ requeijão	*Iogurte com cereal matinal *Maçã em pedaços *Pão de legumes com doce de frutas			
Almoço 10h30min	*Feriado	*Conselho de classe sem aluno	*Arroz integral *Feijão preto *Batata com carne moída ao molho *Beterraba e brócolis *Melancia (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Quirera com carne suína *Cenoura e couve-flor *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão preto *Macarrão DE ARROZ com coxa ao molho *Repolho, Alface, tomate e espinafre *Abacaxi (Sobremesa)			
Lanche 13h	*Feriado	*Conselho de classe sem aluno	*Banana	*Maçã	*Melancia			
Jantar 15h30min	*Feriado	*Conselho de classe sem aluno	*Polenta cremosa com carne moída e salada de alface picada e tomate	*Sopa de legumes (batata, cenoura, abobrinha, batata salsa e tomate) carne bovina e macarrão de ARROZ	*Macarrão de ARROZ com carne bovina em tiras e salada de tomate			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g	PTN (g) 10% à 15% do VET 18g à 27g	LPD (g) 25% à 35% do VET 20g à 28g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	725,94 kcal	108 g	24 g	23 g	155 mg	4 mg	86,81 mcg	43 mg
CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR								
*Para os CMEIs que preferirem, 2 refeições do Jantar podem ser trocadas por bolo s/ açúcar + suco e pão de queijo e suco, podendo escolher qual dia será feito a troca.								

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

ALERGIA AO OVO



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)

SETEMBRO/2026

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 14	TERÇA-FEIRA 15	QUARTA-FEIRA 16 SABORES DA TERRA		QUINTA-FEIRA 17		SEXTA-FEIRA 18	
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva integral *Banana *Pão de legumes com requeijão	*Leite com uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão	*Iogurte *Banana *Pão de legumes com patê de frango ou peixe		*Leite com maçã (aquecido) *Banana *Pão de legumes c/ requeijão		*Iogurte com cereal matinal *Maçã em pedaços *Cookie	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão carioca *Polenta cremosa *Carne moída ao molho *Cenoura e tomate com grão-de-bico *Abacaxi (Sobremesa)	*Arroz branco *Lentilha *Macarrão de ARROZ com peito desfiado ao molho *Alface e repolho orgânicos *Manga (Sobremesa)	*Arroz com cenoura *Feijão preto *Batata doce *Carne em iscas ao molho *Alface e couve-flor orgânicos *Banana (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Farofa colorida (brócolis, cenoura, repolhos SEM OVO) *Tilápia assada *Brócolis org. e tomate *Laranja (Sobremesa)		*Risoto colorido (Coxa sem osso) *Feijão preto *Purê de batata *Repolho verde e roxo, cenoura e tomate *Melão (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Melão	*Banana	*Pera		*Manga		*Laranja	
Jantar 15h30min	*Risoto de carne moída e legumes *Feijão com bastante caldo	*Sopa de legumes (batata, cenoura, batata salsa e tomate) carne bovina e macarrão de ARROZ	*Macarrão de ARROZ com frango desfiado e salada de alface em fininha com tomate		*Sopa de lentilha/feijão (abobrinha, Batata, chuchu e brócolis) com coxa e macarrão de ARROZ		*Quirera c/ carne suína e cenoura, salada de repolho *Feijão com bastante caldo	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g	PTN (g) 10% à 15% do VET 18g à 27g	LPD (g) 25% à 35% do VET 20g à 28g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	675,20 kcal	101 g	21 g	22 g	143 mg	3 mg	123 mcg	35 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*Para os CMEIs que preferirem, 2 refeições do Jantar podem ser trocadas por esfirra e suco ou bolo sem açúcar e mousse de banana e cacau, podendo escolher qual dia será feito a troca.

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

ALERGIA AO OVO



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)

SETEMBRO/2026

HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 21	TERÇA-FEIRA 22	QUARTA-FEIRA 23		QUINTA-FEIRA 24		SEXTA-FEIRA 25	
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva integral *Banana *Pão de legumes com requeijão	*Leite com uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão	*Iogurte *Banana *Pão de legumes com patê de frango ou peixe		*Leite com maçã (aquecido) *Banana *Pão de legumes c/ requeijão		*Iogurte com cereal matinal *Maçã em pedaços *Cookie	
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Quirera com carne suína *Tomate e beterraba cozida *Melancia (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão de ARROZ com carne moída ao molho *Repolho, espinafre, cenoura e tomate *Maçã (Sobremesa)	*Arroz integral *Feijão preto *Polenta cremosa *Coxa refogada *Couve-flor e beterraba cozida *Mamão pap. (Sobremesa)		*Arroz parb. *Feijão carioca *Abóbora refogada * Carne moída *Brócolis e alface *Banana (Sobremesa)		*Arroz branco *Feijão preto *Batata com orégano *Estrogonofe bovino *Tomate e pepino *Abacaxi (Sobremesa)	
Lanche 13h	*Maçã	*Banana	*Pera		*Mamão papaia		*Melancia	
Jantar 15h30min	*Sopa de legumes (batata, cenoura, abobrinha, batata salsa e tomate) carne bovina e macarrão de arroz	*Carreteiro ensopado com carne bovina e feijão e salada de repolho	*Polenta cremosa com frango e salada de alface picada e tomate		*Sopa de legumes (batata, cenoura, batata salsa, chuchu e tomate) carne de frango e macarrão de ARROZ		*Macarrão de ARROZ com carne bovina em tiras e salada de tomate	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g	PTN (g) 10% à 15% do VET 18g à 27g	LPD (g) 25% à 35% do VET 20g à 28g	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)
	679,74 kcal	101 g	21 g	23 g	156 mg	4 mg	83 mcg	43 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*Para os CMEIs que preferirem, 2 refeições do Jantar podem ser trocadas por quibe e suco, bolo sem açúcar e suco, podendo escolher qual dia será feito a troca.

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS

ALERGIA AO OVO



BERÇÁRIO II, MATERNAL I E II (1-4 ANOS)						SETEMBRO/2026		
HORÁRIOS:	SEGUNDA - FEIRA 28	TERÇA-FEIRA 29	QUARTA-FEIRA 30	QUINTA-FEIRA 01	SEXTA-FEIRA 02			
Café da manhã 07h45min	*Suco de uva integral *Banana *Pão de legumes com requeijão	*Leite com uva passa e cacau *Maçã em pedaços *Pão de legumes com requeijão	*Iogurte *Banana *Pão de legumes com patê de frango ou peixe	*Leite com maçã (aquecido) *Banana *Pão de legumes c/ requeijão	*Iogurte com cereal matinal *Maçã em pedaços *Pão de legumes com doce de frutas			
Almoço 10h30min	*Arroz parb. *Feijão preto *Carne suína *Farofa colorida com couve SEM OVO *Tomate e alface *Banana (Sobremesa)	*Arroz branco *Feijão carioca *Macarrão de ARROZ com carne em iscas ao molho *Repolho e beterraba cozida *Morango (Sobremesa)	*Arroz parb. c/ cenoura *Feijão preto *Tilápia assada/refogada *Legumes refogado (batata, cenoura e abobrinha) *Alface e couve-flor *Kiwi (Sobremesa)	*Arroz parb. *Feijão carioca *Escondidinho de mandioca e carne moída sem queijo *Brócolis e tomate *Melão (Sobremesa)	*Risoto colorido (coxa + peito) *Feijão preto *Salada de batata SEM OSSO *Pepino e tomate com grão-de-bico *Manga (Sobremesa)			
Lanche 13h	*Kiwi	*Melão	*Morango	*Manga	*Banana			
Jantar 15h15min	*Canja com carne bovina desfiada com cenoura, batata, abobrinha, couve-flor e biju	*Quirera com peito desfiado e cenoura	*Arroz bem ensopado com carne moída e cenoura *Feijão com bastante caldo	*Polenta cremosa com coxa ao molho e salada de alface picada e tomate	*Sopa de legumes (batata, cenoura, brócolis, abobrinha, couve-flor, batata salsa e tomate) frango e macarrão DE ARROZ			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) *VR: 708 708 kcal	CHO (g) 55% à 65% do VET 97g à 115g 111 g	PTN (g) 10% à 25% do VET 18g à 27g 25 g	LPD (g) 20% à 35% do VET 20g à 28g 21 g	Ca (mg) 144 mg	Fe (mg) 7 mg	Vit A (mcg) 135 mcg	Vit C (mg) 54 mg

CONFORME NECESSÁRIO FAZER ALTERAÇÕES PARA ALUNOS AUTISTAS E COM SELETIVIDADE ALIMENTAR

*Para os CMEIs que preferirem, 2 refeições do Jantar poderão ser trocadas por Esfirra e suco, e pão de queijo e suco podendo escolher qual dia será feito a troca.

****Estes cardápios estão sujeitos a alterações, principalmente de frutas e hortaliças.**

Vanessa Pim
Nutricionista da Educação Escolar
CRN: 09000

*AS SALADAS PODEM SER OFERTADAS COM TEMPERO

* A CONSISTÊNCIA DOS ALIMENTOS SERÁ FORMADA PELO PROFESSOR (A) NA SALA DE AULA, CONFORME IDADE E MATURIDADE DE CADA CRIANÇA.

*PARA SOPAS UTILIZAR OS LEGUMES DISPONÍVEIS