

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA ESPECIALIZADA DE GESTÃO EDUCACIONAL
COORDENAÇÃO TÉCNICA GERAL DE PROGRAMAS E PROJETOS NA ESCOLA
COORDENAÇÃO TÉCNICA DE NUTRIÇÃO E SEGURANÇA ALIMENTAR**



Dia das Mães - 10/05

O Dia das Mães é uma data especial dedicada a reconhecer o cuidado, o carinho e a dedicação presentes no cotidiano das famílias. No contexto da alimentação escolar, reforçamos a importância do preparo de refeições saudáveis como uma forma de promover saúde, bem-estar e desenvolvimento. A alimentação equilibrada, feita com atenção e qualidade, também representa um gesto de afeto, contribuindo para a formação de hábitos alimentares saudáveis desde a infância. Celebrar essa data é valorizar o papel da família e a importância de cuidar por meio da alimentação.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

MAIO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 04	TERÇA-FEIRA 05	QUARTA-FEIRA 06	QUINTA-FEIRA 07	SEXTA-FEIRA 08
Desjejum 07:00 a 07:30	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea
Lanche Manhã 09: 00 a 09:30	Tangerina em gomos	Banana prata ou pacovan amassada	Manga em cubos	Melancia em cubos	Abacaxi em cubos
Almoço 11:00 a 11:30	Macarrão espaguete com carne bovina moída ao molho com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Arrumadinho de filé de frango desfiado (feijão verde) Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado) bem cozido Purê de batata inglesa com cenoura	Couve picadinho refogado Feijoada saudável amassada (Carne bovina em cubos pequenos + Feijão preto) Arroz refogado com alho (arroz parboilizado) bem cozido	Salada de tomate picadinho Fígado bovino em iscas acebolada picadinho Feijão caseiro (Feijão carioca) amassado Arroz refogado com coentro (arroz parboilizado) bem cozido	Peixe desfiado ao molho com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu) Arroz simples (Arroz parboilizado) bem cozido
Lanche da tarde 13:00 a 13:30	Manga em cubos	Melancia em cubos	Abacaxi em cubos	Tangerina em gomos	Banana prata ou pacovan amassada
Jantar 15:30 a 16:00	Arroz refogado com coentro (arroz parboilizado) bem cozido Fígado bovino em cubos pequenos ao molho com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macaxeira amassada Filé de frango desfiado ao molho com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macarrão espaguete com carne bovina moída ao molho	Sopa de feijão com carne bovina, macarrão e legumes (abóbora, batata, cenoura, chuchu)	Cuscuz de milho umedecido com fórmula láctea Ovo mexido

Média da Composição Nutricional Diária

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
478,79	70,48	20,69	14,96	1342,70	64,39	207,69	5,19	100,80

Ana Denise Gouvêa Moreira Cotrim
ANA DENISE GOUVÊA MOREIRA COTRIM
COORDENADORA TÉCNICA DE NUTRIÇÃO
E SEGURANÇA ALIMENTAR
MATRÍCULA: 928536-9

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA ESPECIALIZADA DE GESTÃO EDUCACIONAL
COORDENAÇÃO TÉCNICA GERAL DE PROGRAMAS E PROJETOS NA ESCOLA
COORDENAÇÃO TÉCNICA DE NUTRIÇÃO E SEGURANÇA ALIMENTAR**



Dia Mundial de Conscientização sobre a Doença Celíaca - 16/05
O Dia Mundial de Conscientização sobre a Doença Celíaca tem como objetivo informar e sensibilizar sobre essa condição, caracterizada pela intolerância permanente ao glúten, proteína presente no trigo, centeio e cevada. A alimentação adequada é essencial para a saúde das pessoas com doença celíaca. No ambiente escolar, é fundamental promover o respeito às necessidades alimentares específicas, garantindo segurança e inclusão. A oferta de refeições seguras e o cuidado no preparo contribuem para o bem-estar e a qualidade de vida dos estudantes.

CARDÁPIO BERÇARIO (MENORES DE 1 ANO)

MAIO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 11	TERÇA-FEIRA 12	QUARTA-FEIRA 13	QUINTA-FEIRA 14	SEXTA-FEIRA 15
Desjejum 07:00 a 07:30	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Banana prata ou pacovan amassada	Abacaxi em cubos	Goiaba em rodela	Melão em cubos	Melancia em cubos
Almoço 11:00 a 11:30	Macarrão parafuso com filé de peixe desfiado e legumes amassados (repolho e cenoura)	Carne bovina moída ao molho com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão caseiro (Feijão Carioca) amassado Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado) bem cozido	Figado bovino em iscas ao molho com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu) picadinho Feijão verde refogado e amassado Arroz refogado com coentro (arroz parboilizado) bem cozido	Purê de batata inglesa Filé de frango em cubos pequenos ao molho Arroz simples (arroz parboilizado) bem cozido	Salada verão (cenoura ralada, abacaxi em cubos, maçã em cubos e alface picadinha) Carne bovina em iscas acebolada picadinha Feijão caseiro (Feijão preto) amassado Arroz refogado com alho (arroz parboilizado) bem cozido
Lanche da tarde 13:00 a 13:30	Goiaba em rodela	Melão em cubos	Abacaxi em cubos	Melancia em cubos	Banana prata ou pacovan amassada
Jantar 15:30 a 16:00	Risoto de carne bovina em cubos pequenos com legumes (arroz branco, batata, cenoura, chuchu)	Macarrão com filé de frango desfiado ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Batata doce amassada Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão, cheiro verde)	Cuscuz de milho amassado Carne bovina moída ao molho	Canja de filé de frango com legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)

Média da Composição Nutricional Diária

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
445,09	50,97	17,39	6,12	803,80	38,25	77,48	3,89	86,45

Ana Denise Gouvêa Moreira Cotrim
ANA DENISE GOUVÊA MOREIRA COTRIM
COORDENADORA TÉCNICA DE NUTRIÇÃO
E SEGURANÇA ALIMENTAR
MATRICULA: 928536- 9

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA ESPECIALIZADA DE GESTÃO EDUCACIONAL
COORDENAÇÃO TÉCNICA GERAL DE PROGRAMAS E PROJETOS NA ESCOLA
COORDENAÇÃO TÉCNICA DE NUTRIÇÃO E SEGURANÇA ALIMENTAR



Valorização do uso de alimentos regionais - 21/05

A valorização do uso de alimentos regionais contribui para o fortalecimento da cultura alimentar local e para a oferta de refeições mais saudáveis e adequadas à realidade dos estudantes. Alimentos como macaxeira, cuscuz, feijão e frutas da região fazem parte dos hábitos alimentares e possuem importante valor nutricional. No âmbito da alimentação escolar, o incentivo ao consumo desses alimentos favorece a qualidade da alimentação, além de apoiar a agricultura familiar e o desenvolvimento local.

CARDÁPIO BERÇARIO (MENORES DE 1 ANO)

MAIO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 18	TERÇA-FEIRA 19	QUARTA-FEIRA 20	QUINTA-FEIRA 21	SEXTA-FEIRA 22
Desjejum 07:00 a 07:30	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Melancia em cubos	Banana prata ou pacovan amassada	Manga em cubos	Abacaxi em cubos	Tangerina em gomos
Almoço 11:00 a 11:30	Salada tricolor em pequenos pedaços cozida (repolho, beterraba e cenoura) Macarrão talharim com filé de frango desfiado ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Fígado bovino em cubos pequenos ao molho com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão verde refogado amassado Arroz refogado com alho (arroz parboilizado)	Risoto de filé de frango desfiado com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Carne bovina moída ao molho com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão caseiro amassado (Feijão preto) Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado) bem cozido	Abóbora em cubos cozida Feijoada alagoana (Feijão carioca + Carne bovina em cubos pequenos) Arroz simples (arroz branco) bem cozido
Lanche da tarde 13:00 a 13:30	Manga tommy ou espada em cubos	Melancia em cubos	Abacaxi em cubos	Tangerina em gomos	Banana prata ou pacovan amassada
Jantar 15:30 a 16:00	Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado) Filé de peixe ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macarrão espaguete com carne bovina moída ao molho	Macaxeira Carne bovina moída ao molho	Cuscuz de milho Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão, cheiro verde)	Sopa de carne bovina com macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)

Média da Composição Nutricional Diária

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
486,77	76,09	19,56	13,80	852,64	68,33	189,77	4,92	130,83

Ana Denise Gouveia Moreira Cotrim
ANA DENISE GOUVEIA MOREIRA COTRIM
 COORDENADORA TÉCNICA DE NUTRIÇÃO
 E SEGURANÇA ALIMENTAR
 MATRÍCULA: 928536- 9

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA ESPECIALIZADA DE GESTÃO EDUCACIONAL
COORDENAÇÃO TÉCNICA GERAL DE PROGRAMAS E PROJETOS NA ESCOLA
COORDENAÇÃO TÉCNICA DE NUTRIÇÃO E SEGURANÇA ALIMENTAR**



Dia do trabalhador rural - 25/05

O Dia do Trabalhador Rural é uma data para reconhecer a importância dos profissionais que atuam no campo, responsáveis pela produção dos alimentos que chegam à nossa mesa. Seu trabalho é essencial para garantir a segurança alimentar e o abastecimento das escolas e comunidades. Valorizar esses trabalhadores é também incentivar o consumo de alimentos frescos, locais e saudáveis. No contexto da alimentação escolar, reforça-se a importância de uma alimentação equilibrada, que contribua para a saúde e o desenvolvimento dos estudantes.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

MAIO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 25	TERÇA-FEIRA 26	QUARTA-FEIRA 27	QUINTA-FEIRA 28	SEXTA-FEIRA 29
Desjejum 07:00 a 07:30	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Goiaba em rodela	Banana prata ou pacovan amassada	Abacaxi em cubos	Melancia em cubos	Melão em cubos
Almoço 11:00 a 11:30	Salada colorida (cenoura ralada, alface picadinha, beterraba ralada) Bobó de macaxeira com filé de frango desfiado Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado) bem cozido	Carne bovina moída ao molho com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão caseiro (Feijão Preto) amassado Arroz refogado com alho (arroz parboilizado) bem cozido	Fígado bovino em cubos pequenos ao molho com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão caseiro (Feijão Carioca) amassado Arroz simples (arroz branco) bem cozido	Legumes cozidos amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu) Filé de frango em iscas acebolado picadinho Baião de dois (Arroz branco + Feijão verde) amassados	Macarrão com carne bovina moída e legumes ao molho (batata inglesa, cenoura, chuchu)
Lanche da tarde 13:00 a 13:30	Melão em cubos	Melancia em cubos	Goiaba em rodela	Abacaxi em cubos	Banana prata ou pacovan amassada
Jantar 15:30 a 16:00	Inhame amassado Carne bovina moída ao molho	Cuscuz de milho umedecido com fórmula láctea Ovo mexido	Sopa de filé de frango com macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Batata doce amassada Carne bovina em cubos pequenos ao molho com legumes amassados (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Risoto de filé de frango desfiado com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, chuchu)

Média da Composição Nutricional Diária

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)	Vit. A (mg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Na (mg)
772,24	109,64	42,48	19,59	1808,15	90,94	218,32	6,25	562,97

Ana Denise Gouvêa Moreira Cotrim
ANA DENISE GOUVÊA MOREIRA COTRIM
COORDENADORA TÉCNICA DE NUTRIÇÃO
E SEGURANÇA ALIMENTAR
MATRÍCULA: 928536- 9