

**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 ENSINO FUNDAMENTAL PARCIAL (06 A 14 ANOS)

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	Tangerina Farofa de cuscuz de milho Ovo mexido	Batata doce Carne bovina em cubos ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura e chuchu)	Cuscuz de milho Filé de frango em iscas ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura e chuchu)	Macaxeira Carne bovina em iscas acebolada	Melancia Pão seda Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura e chuchu)			
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Banana prata ou pacovan	Melancia	Abacaxi	Tangerina	Manga			
Lanche da Tarde 1 13:00 a 13:30	Manga	Tangerina	Banana prata ou pacovan	Abacaxi	Melancia			
Lanche da Tarde 2 15:30 a 16:00	Macaxeira Filé de frango em iscas acebolado	Sopa de carne bovina com macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu) Pão seda	Mix de frutas (abacaxi e manga) Bolo de laranja	Melancia Macarrão espaguete com carne bovina moída ao molho	Cuscuz de milho Carne bovina ao molho com legumes (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)
792,54	105,54	50,44	20,01	831,19	88,27	83,86	4,73	816,07

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 ENSINO FUNDAMENTAL PARCIAL (06 A 14 ANOS)

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	Melão Cuscuz de milho Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão e cheiro verde)	Batata doce Carne bovina em iscas ao molho	Macaxeira Carne bovina moída ao molho	Cuscuz de milho Filé de frango em cubos ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Manga Inhame Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Melancia	Melão	Abacaxi	Melão	Abacaxi
Lanche da Tarde 13:00 a 13:30	Melancia	Goiaba	Banana prata ou pacovan	Melão	Abacaxi
Lanche da Tarde 15:30 a 16:00	Manga Risoto de carne bovina com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Pão seda Carne bovina moída ao molho	Batata doce Filé de frango em iscas ao molho	Canja de filé de frango (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu) Pão seda	Melão Cuscuz de milho Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão e cheiro verde)

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)
802,11	94,11	59,56	20,40	1493,46	72,07	143,74	5,19	789,94

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**



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 ENSINO FUNDAMENTAL PARCIAL (06 A 14 ANOS)

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	Goiaba Pão seda com queijo muçarela Suco de Goiaba	Banana prata ou pacovan Cuscuz de milho Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Inhame Carne bovina em iscas ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Batata doce Filé de frango em cubos ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macaxeira Filé de frango em iscas acebolado			
Lanche Manhã 09: 00 a 09:30	Melancia	Abacaxi	Banana prata ou pacovan	Manga	Tangerina			
Lanche da Tarde 1 13:00 a 13:30	Manga	Banana prata ou pacovan	Tangerina	Melancia	Abacaxi			
Lanche da Tarde 2 15:30 a 16:00	Banana prata ou pacovan 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	Goiaba 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) Pão seda			
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)
772,98	99,86	54,09	17,76	829,34	82,95	147,70	5,02	876,01

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 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 ENSINO FUNDAMENTAL PARCIAL (06 A 14 ANOS)

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	Abacaxi Cuscuz de milho Ovo mexido	Batata doce Filé de frango em cubos ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macaxeira Carne bovina em iscas ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Melancia Pão seda Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Cuscuz de arroz Filé de peixe ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Goiaba	Banana prata ou pacovan	Melancia	Melão	Abacaxi
Lanche da Tarde 1 13:00 a 13:30	Banana prata ou pacovan	Melancia	Melão	Abacaxi	Goiaba
Lanche da Tarde 2 15:30 a 16:00	Inhame Carne bovina moída ao molho	Abacaxi Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral Ovo mexido	Sopa de filé de frango com macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu) Pão seda	Batata doce Carne bovina ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Melancia Risoto de filé de frango com legumes (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)
816,60	104,27	57,98	19,11	1504,34	85,40	200,23	4,86	774,43

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