

**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 INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 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	Banana prata ou pacovan com leite de vaca em pó integral	Sanduíche natural saudável (pão seda, queijo muçarela, alface e tomate)	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral Ovo mexido	Inhame com leite de vaca integral	Leite de vaca integral com cacau em pó 100%
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Tangerina	Banana prata ou pacovan	Manga	Melancia	Abacaxi
Almoço 11:00 a 11:30	Macarrão espaguete com carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Arrumadinho de filé de frango (feijão fradinho) Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado) Purê de batata inglesa com cenoura	Couve refogado Feijoada saudável (Carne bovina em cubos + Feijão preto) Farofa de alho Arroz refogado com alho (arroz parboilizado)	Salada crua simples (tomate, alface, cebola) Fígado bovino em iscas acebolada Feijão caseiro Arroz refogado com coentro (arroz parboilizado)	Peixada ao leite de coco com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Pirão de peixe Arroz simples (Arroz parboilizado)
Lanche Tarde 13:00 a 13:30	Manga	Melancia	Abacaxi	Tangerina	Banana prata ou pacovan
Jantar 15:30 a 16:00	Arroz refogado com coentro (Arroz parboilizado) Fígado bovino ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macaxeira Filé de frango ao molho com legumes (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) Pão seda	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral 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)
4492,87	657,32	241,16	106,02	10047,79	377,82	1655,89	32,68	3981,68

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 INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 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	logurte natural com frutas (banana prata ou pacovan, maçã e mamão)	Banana prata ou pacovan polvilhada com leite em pó integral	Batata doce Carne bovina moída ao molho	Mingau de banana com aveia com cacau 100%	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Banana prata ou pacovan	Abacaxi	Goiaba	Melão	Melancia
Almoço 11:00 a 11:30	Macarrão parafuso com filé de peixe e legumes (repolho e cenoura)	Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão caseiro (Feijão Carioca) Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado)	Figado bovino em iscas ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão tropeiro (Feijão verde) Arroz refogado com coentro (arroz parboilizado)	Filé de frango em cubos ao molho Purê de batata inglesa Arroz simples (arroz branco)	Salada verão (cenoura, abacaxi, maçã e alface) Carne bovina em iscas acebolada Feijão preto caseiro Arroz refogado com alho (arroz parboilizado)
Lanche Tarde 13:00 a 13:30	Goiaba	Melão	Abacaxi	Melancia	Banana prata ou pacovan
Jantar 15:30 a 16:00	Risoto de carne bovina com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Macarrão com filé de frango desfiado e legumes ao molho (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Batata doce Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão, cheiro verde)	Cuscuz de milho Carne bovina moída ao molho	Canja de filé de frango com legumes (arroz branco, 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)
746,41	85,11	35,46	10,54	1699,97	55,37	97,15	4,67	472,19

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



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 INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 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	Vitamina de banana com leite de vaca em pó integral (sem açúcar)	Mandioqueijo	Cuscuz de arroz Ovo mexido com repolho e cenoura ralada	Banana prata ou pacovan polvilhada com leite em pó integral	Crepioca com queijo muçarela
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Melancia	Banana prata ou pacovan	Manga tomy ou espada	Abacaxi	Tangerina
Almoço 11:00 a 11:30	Salada tricolor (repolho, beterraba e cenoura) Macarrão talharim com filé de frango desfiado e legumes ao molho (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Fígado bovino ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão verde refogado Arroz refogado com alho (arroz parboilizado)	Risoto de filé de frango com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão preto caseiro Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado)	Abóbora ao vinagrete Feijoada alagoana (Feijão carioca + Carne bovina em cubos) Farofa de cenoura (Farinha de mandioca + cenoura) Arroz simples (arroz parboilizado)
Lanche Tarde 13:00 a 13:30	Manga tomy ou espada	Melancia	Abacaxi	Tangerina	Banana prata ou pacovan
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) 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)
755,89	116,63	41,53	16,07	1214,92	82,01	217,66	5,37	621,53

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**



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 INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 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	Banana prata ou pacovan polvilhada com leite em pó integral	Pão seda com requeijão caseiro	Macaxeira Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão, cheiro verde)	Cuscuz quarenta Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Panqueca de aveia com banana e cacau 100%
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Goiaba	Banana prata ou pacovan	Abacaxi	Melancia	Melão
Almoço 11:00 a 11:30	Salada colorida (cenoura, alface, beterraba) Bobó de macaxeira com filé de frango Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado)	Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão preto caseiro Arroz refogado com alho (arroz parboilizado)	Fígado bovino ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão caseiro (Feijão Carioca) Arroz simples (arroz parboilizado)	Salada vinagrete Filé de frango em iscas acebolado Baião de dois (Arroz branco + Feijão verde)	Macarrão com carne bovina moída e legumes ao molho (batata inglesa, cenoura, chuchu)
Lanche Tarde 13:00 a 13:30	Melão	Melancia	Goiaba	Abacaxi	Banana prata ou pacovan
Jantar 15:30 a 16:00	Inhame Carne bovina moída ao molho	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)	Risoto de filé de frango 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)
808,67	122,95	46,85	16,18	1810,47	75,53	160,97	6,50	692,80

ANA DENISE GOUVEIA MOREIRA COTRIM
ANA DENISE GOUVEIA MOREIRA COTRIM
COORDENADORA TÉCNICA DE NUTRIÇÃO
E SEGURANÇA ALIMENTAR
MATRÍCULA: 928536-9