



**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**



SEMANA MUNDIAL DA ALIMENTAÇÃO (AGOSTO DOURADO) 01 A 07 DE AGOSTO
O Agosto Dourado destaca a importância do aleitamento materno como base para uma vida mais saudável. Nos CMEIs, são incentivadas ações de educação alimentar e nutricional, promovendo hábitos saudáveis que contribuem para o crescimento, o desenvolvimento e o bem-estar das crianças.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

AGOSTO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 03	TERÇA-FEIRA 04	QUARTA-FEIRA 05	QUINTA-FEIRA 06	SEXTA-FEIRA 07
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 carioca amassado Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado) bem cozido	Fígado 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)
429,61	48,29	16,45	5,95	801,96	36,54	71,24	3,57	70,70

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 NACIONAL DE PREVENÇÃO E CONTROLE DO COLESTEROL – 08 DE AGOSTO
 Manter o colesterol em níveis adequados é essencial para a saúde do coração e a prevenção de doenças cardiovasculares. Uma alimentação equilibrada, rica em frutas, verduras e alimentos naturais, aliada à prática de atividades físicas, contribui para o seu controle. Pequenas escolhas saudáveis no dia a dia fazem grande diferença para a qualidade de vida.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

AGOSTO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 10	TERÇA-FEIRA 11	QUARTA-FEIRA 12	QUINTA-FEIRA 13	SEXTA-FEIRA 14
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 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 (Feijão preto) amassado Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado) bem cozido	Abóbora em cubos cozida Feijoada alagoana (Feijão carioca + Carne bovina em cubos pequenos) Arroz simples (arroz parboilizado) 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) 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)
486,77	76,09	19,56	13,80	852,64	68,33	189,77	4,92	130,83

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 FOLCLORE – 22 DE AGOSTO
O folclore brasileiro reúne lendas, costumes, tradições e sabores que fazem parte da nossa cultura. Em Alagoas, alimentos como tapioca, cuscuz, sururu e bolo de macaxeira também fazem parte dessa identidade. Celebrar essa data é valorizar a cultura e as tradições transmitidas de geração em geração. Preservar o folclore é manter viva a história e os saberes do nosso povo.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

AGOSTO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 17	TERÇA-FEIRA 18	QUARTA-FEIRA 19	QUINTA-FEIRA 20	SEXTA-FEIRA 21
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 parboilizado) 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	Inhamé 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

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 FEIRANTE – 25 DE AGOSTO

O Dia do Feirante homenageia os profissionais que levam alimentos frescos e de qualidade às feiras livres.
 Os feirantes têm papel importante na alimentação saudável da população, oferecendo frutas, verduras e legumes.
 Seu trabalho fortalece a agricultura familiar e a economia local.
 Valorizar o feirante é reconhecer a importância de uma alimentação mais natural e acessível.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

AGOSTO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 24	TERÇA-FEIRA 25	QUARTA-FEIRA 26	QUINTA-FEIRA 27	SEXTA-FEIRA 28
Desjejum 07:00 a 07:30	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea	FERIADO	Fórmula láctea
Lanche Manhã 09: 00 a 09:30	Tangerina em gomos	Banana prata ou pacovan amassada	Manga em cubos	FERIADO	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	FERIADO	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	FERIADO	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	FERIADO	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)
394,23	58,15	17,08	12,03	782,07	49,93	165,58	3,79	85,96

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 NUTRICIONISTA - 31 DE AGOSTO

O Dia do Nutricionista valoriza o profissional que promove a saúde por meio da alimentação adequada.
O nutricionista atua na orientação de hábitos alimentares saudáveis e na prevenção de doenças.
Seu trabalho contribui para o bem-estar e a qualidade de vida em todas as fases da vida.
Celebrar essa data é reconhecer a importância da nutrição para a saúde da população.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

AGOSTO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 31	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Desjejum 07:00 a 07:30	Fórmula láctea				
Lanche Manhã 09: 00 a 09:30	Banana prata ou pacovan amassada				
Almoço 11:00 a 11:30	Macarrão parafuso com filé de peixe desfiado e legumes amassados (repolho e cenoura)				
Lanche da tarde 13:00 a 13:30	Goiaba em rodela				
Jantar 15:30 a 16:00	Risoto de carne bovina em cubos pequenos com legumes (arroz branco, batata, 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)
421,80	59,10	18,10	11,10	254,40	51,90	151,30	3,10	76,20

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