



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 ENSINO INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 ANOS)

AGOSTO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 03	TERÇA-FEIRA 04	QUARTA-FEIRA 05	QUINTA-FEIRA 06	SEXTA-FEIRA 07
Desjejum 08:00 a 08:30	Iogurte natural batido 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 ao molho com 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)	Fígado bovino em iscas ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão tropeiro (Feijão fradinho ou feijão verde) Arroz refogado com coentro (arroz parboilizado)	Salada verão (cenoura, abacaxi, maçã e alface) Carne bovina em iscas acebolada Feijão caseiro (Feijão Preto) Arroz refogado com alho (arroz parboilizado)	Salada colorida (cenoura, alface, beterraba) Bobó de macaxeira com filé de frango Arroz simples (arroz parboilizado)
Lanche da tarde 14:00 a 14:30	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)	Cuscuz de milho Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão, cheiro verde)	Batata doce 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 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 ENSINO INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 ANOS)

AGOSTO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 10	TERÇA-FEIRA 11	QUARTA-FEIRA 12	QUINTA-FEIRA 13	SEXTA-FEIRA 14
Desjejum 08:00 a 08:30	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	Crepioça com queijo muçarela
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Melancia	Banana prata ou pacovan	Manga tommy ou espada	Abacaxi	Tangerina
Almoço 11:00 a 11:30	Salada bicolor (beterraba e cenoura) Macarrão talharim com filé de frango desfiado ao molho	Fígado bovino em iscas ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Feijão fradinho ou 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 com legumes (batata inglesa, cenoura e chuchu) Feijão caseiro (Feijão Preto) Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado)	Abóbora a vinagrete Feijoada alagoana (carne bovina em cubos + Feijão carioca) Farofa de couve Arroz simples (arroz parboilizado)
Lanche da tarde 14:00 a 14:30	Manga tommy 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 umedecido com leite de vaca integral 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)
766,13	118,87	41,73	16,09	1215,00	82,01	217,66	5,43	660,29

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 ENSINO INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 ANOS)

AGOSTO/2026					
REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 17	TERÇA-FEIRA 18	QUARTA-FEIRA 19	QUINTA-FEIRA 20	SEXTA-FEIRA 21
Desjejum 08:00 a 08:30	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 banana com aveia e cacau 100%
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Goiaba	Banana prata ou pacovan	Abacaxi	Melancia	Melão
Almoço 11:00 a 11:30	Purê de batata inglesa Filé de frango em cubos ao molho Feijão caseiro (Feijão Preto) Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado)	Macarrão espaguete com carne bovina ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Figado bovino em iscas ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura e chuchu) Feijão caseiro (Feijão carioca) Arroz refogado com alho (arroz parboilizado)	Salada vinagrete Filé de frango em iscas acebolado Baião de dois (Feijão fradinho ou Feijão verde + Arroz parboilizado)	Cozido de carne bovina com legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu) Pirão de carne Arroz simples (arroz parboilizado)
Lanche da tarde 14:00 a 14:30	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)
830,16	127,68	47,29	16,20	1810,47	75,53	161,27	6,53	708,33

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 ENSINO INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 ANOS)

AGOSTO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 24	TERÇA-FEIRA 25	QUARTA-FEIRA 26	QUINTA-FEIRA 27	SEXTA-FEIRA 28
Desjejum 08:00 a 08:30	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	FERIADO	Leite de vaca integral com cacao em pó 100%
Lanche Manhã 09: 00 a 09:30	Tangerina	Banana prata ou pacovan	Manga Tommy ou Espada	FERIADO	Abacaxi
Almoço 11: 00 a 11:30	Macarrão espaguete com carne bovina moida ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Purê de abóbora Arrumadinho de filé de frango (feijão fradinho ou feijão verde) Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado)	Couve refogado Feijoada saudável (Carne bovina em cubos + Feijão preto) Farofa de alho (Farinha de mandioca e manteiga) Arroz refogado com alho (arroz parboilizado)	FERIADO	Peixada ao molho de coco com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu) Pirão de peixe Arroz simples (arroz parboilizado)
Lanche da tarde 13:00 a 13:30	Manga Tommy ou Espada	Melancia	Abacaxi	FERIADO	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		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)
729,74	103,35	39,18	18,64	1192,51	58,41	284,38	4,57	657,37

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 ENSINO INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 ANOS)

AGOSTO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 31	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Desjejum 08:00 a 08:30	iogurte natural batido com frutas (banana prata ou pacovan, maçã e mamão)				
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Banana prata ou pacovan				
Almoço 11:00 a 11:30	Macarrão parafuso com filé de peixe ao molho com legumes (repolho e cenoura)				
Lanche da tarde 13:00 a 13:30	Manga Tommy ou Espada				
Jantar 15:30 a 16:00	Arroz refogado com coentro (Arroz parboilizado) Fígado bovino 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)
559,42	28,99	13,46	3,93	4079,38	17,01	27,21	3,80	273,88

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