



**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**



Setembro amarelo - 05/09
Setembro Amarelo é um período de valorização da vida, de promoção do cuidado e de incentivo à escuta e ao acolhimento. Na escola, fortalecer vínculos e promover ambientes seguros e acolhedores contribui para o bem-estar e o desenvolvimento integral dos estudantes.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

SETEMBRO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA 01	QUARTA-FEIRA 02	QUINTA-FEIRA 03	SEXTA-FEIRA 04
Desjejum 07:00 a 07:30		Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea
Lanche Manhã 09:00 a 09:30		Abacaxi em cubos	Goiaba em rodela	Melão em cubos	Melancia em cubos
Almoço 11:00 a 11:30		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	Filé de frango em cubos pequenos ao molho Purê de batata inglesa 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		Melão em cubos	Abacaxi em cubos	Melancia em cubos	Banana prata ou pacovan amassada
Jantar 15:30 a 16:00		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)
475,02	70,36	20,41	14,81	1141,97	72,97	191,40	5,71	125,58

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 da alfabetização - 08/09
 Aprender a ler e escrever transforma vidas, e uma alimentação adequada também faz parte desse processo. Uma nutrição equilibrada contribui para o desenvolvimento, a concentração e a aprendizagem, fortalecendo o direito de todas as crianças e estudantes à educação e ao cuidado integral na escola.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

SETEMBRO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 07	TERÇA-FEIRA 08	QUARTA-FEIRA 09	QUINTA-FEIRA 10	SEXTA-FEIRA 11
Desjejum 07:00 a 07:30	FERIADO	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	FERIADO	Banana prata ou pacovan amassada	Manga em cubos	Abacaxi em cubos	Tangerina em gomos
Almoço 11:00 a 11:30	FERIADO	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	FERIADO	Melancia em cubos	Abacaxi em cubos	Tangerina em gomos	Banana prata ou pacovan amassada
Jantar 15:30 a 16:00	FERIADO	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)
501,91	77,96	19,57	14,11	948,34	72,36	191,10	5,27	135,87

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

19 de setembro
Aniversário do
SUS

Aniversário do Sistema Único de Saúde (SUS) - 19/09

O SUS é fundamental para a promoção da saúde e da qualidade de vida da população. A alimentação adequada e saudável também faz parte do cuidado integral, contribuindo para o crescimento, o desenvolvimento e a saúde dos estudantes.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

SETEMBRO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 14	TERÇA-FEIRA 15	QUARTA-FEIRA 16	QUINTA-FEIRA 17	SEXTA-FEIRA 18
Desjejum 07:00 a 07:30	Fórmula láctea	Fórmula láctea	FERIADO	Fórmula láctea	Fórmula láctea
Lanche Manhã 09: 00 a 09:30	Goiaba em rodela	Banana prata ou pacovan amassada	FERIADO	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	FERIADO	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	FERIADO	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	FERIADO	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)
749,32	104,23	40,71	20,07	1141,35	91,09	220,87	5,69	529,56

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 LUTA DAS PESSOAS COM DEFICIÊNCIA

INCLUSÃO
DIVERSIDADE
RESPEITO

21 DE SETEMBRO

Dia da Luta Nacional das Pessoas com Deficiências - 21/09

A inclusão é um direito assegurado pela Lei Brasileira de Inclusão (Lei nº 13.146/2015). No ambiente escolar, garantir acessibilidade, respeito às diferenças e acesso à educação e à alimentação adequada é fundamental para promover equidade, autonomia e participação de todos os estudantes.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

SETEMBRO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 21	TERÇA-FEIRA 22	QUARTA-FEIRA 23	QUINTA-FEIRA 24	SEXTA-FEIRA 25
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)	Purê de batata inglesa com cenoura Arrumadinho de filé de frango desfiado (feijão verde) Arroz refogado com cenoura (arroz parboilizado) bem cozido	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
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 do Coração - 29/09

Uma alimentação adequada e saudável, aliada à prática de atividade física, contribui para a prevenção de doenças cardiovasculares e para a promoção da saúde do coração. Na escola, incentivar escolhas alimentares saudáveis desde a infância é uma forma de cuidar da saúde ao longo da vida.

CARDÁPIO BERÇÁRIO (MENORES DE 1 ANO)

SETEMBRO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 28	TERÇA-FEIRA 29	QUARTA-FEIRA 30	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Desjejum 07:00 a 07:30	Fórmula láctea	Fórmula láctea	Fórmula láctea		
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Banana prata ou pacovan amassada	Abacaxi em cubos	Goiaba em rodela		
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) 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		
Lanche da tarde 13:00 a 13:30	Goiaba em rodela	Melão em cubos	Abacaxi em cubos		
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)		

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