



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 ENSINO FUNDAMENTAL PARCIAL (06 A 14 ANOS)

SETEMBRO/2026								
REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA 01	QUARTA-FEIRA 02	QUINTA-FEIRA 03	SEXTA-FEIRA 04			
Desjejum 07: 00 a 07:30		Batata doce	Macaxeira	Cuscuz de milho	Manga			
		Carne bovina em iscas ao molho	Carne bovina moída ao molho	Filé de frango em cubos ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Inhame	Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)		
Lanche Manhã 09: 00 a 09:30		Melão	Abacaxi	Melancia	Goiaba			
Lanche Tarde 09: 00 a 09:30		Goiaba	Banana prata ou pacovan	Melão	Abacaxi			
Jantar 15: 30 a 16:00		Pão seda	Batata doce	Canja de filé de frango (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Melão			
		Carne bovina moída ao molho	Filé de frango em iscas ao molho	Pão seda	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)
814.05	93.63	63.14	20.48	1770.22	74.66	160.80	5.55	804.46

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 ENSINO FUNDAMENTAL PARCIAL (06 A 14 ANOS)

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	Goiaba	Inhame	Batata doce	Macaxeira			
		Pão seda com queijo muçarela				Carne bovina em iscas ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Filé de frango em cubos ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Filé de frango em iscas acebolado
	Suco de Acerola							
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	FERIADO	Abacaxi	Banana prata ou pacovan	Melancia	Tangerina			
Lanche Tarde 13:00 a 13:30	FERIADO	Banana prata ou pacovan	Tangerina	Melancia	Abacaxi			
Jantar 15:30 a 16:00	FERIADO	Macarrão espaguete com carne bovina moída ao molho	Macaxeira	Goiaba	Sopa de filé de frango com macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)			
			Carne bovina moída ao molho	Cuscuz de milho		Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão, cheiro verde)	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)
743.66	89.36	54.60	18.64	948.85	78.00	166.30	4.92	870.58

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

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 ENSINO FUNDAMENTAL PARCIAL (06 A 14 ANOS)

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		Abacaxi	Batata doce Filé de frango em cubos ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	FERIADO	Melancia	Cuscuz de arroz Filé de peixe ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)		
		Cuscuz de milho			Pão seda			
		Ovo mexido			Carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)			
Lanche Manhã 09:00 a 09:30		Goiaba	Banana prata ou pacovan	FERIADO	Melancia	Melão		
Lanche Tarde 09:00 a 09:30		Banana prata ou pacovan	Melancia	FERIADO	Melão	Goiaba		
Jantar 15:30 a 16:00		Goiaba	Sopa de filé de frango com macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)	FERIADO	Batata doce Carne bovina ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Melancia Risoto de filé de frango com legumes (arroz branco, batata inglesa, cenoura, chuchu)		
		Inhame						
		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)
794.04	103.92	57.01	17.11	1809.65	98.26	156.35	4.44	741.01

ana denise gouveia 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 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 ENSINO FUNDAMENTAL PARCIAL (06 A 14 ANOS)

SETEMBRO/2026

SEMI-ALIMENTAÇÃO								
REFEIÇÕES/ HORÁRIOS		SEGUNDA-FEIRA 21	TERÇA-FEIRA 22	QUARTA-FEIRA 23	QUINTA-FEIRA 24	SEXTA-FEIRA 25		
Desjejum 07:00 a 07:30	Tangerina							
	Farofa de cuscuz de milho	Batata doce	Cuscuz de milho	Macaxeira	Pão seda			
	Ovo mexido	Carne bovina em cubos ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura e chuchu)	Filé de frango em iscas ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura e chuchu)	Carne bovina em iscas acebolada	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 Tarde 13: 00 a 13:30	Manga	Tangerina	Banana prata ou pacovan	Abacaxi	Melancia			
Jantar 15:30 a 16: 00	Macaxeira	Sopa de feijão com carne bovina, macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu)	Mix de frutas (abacaxi e manga)	Melancia	Macarrão espaguete com carne bovina moída ao molho	Cuscuz de milho		
	Filé de frango em iscas acebolado	Pão seda	Bolo de cenoura			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)
792.53	105.53	50.44	20.00	831.20	88.27	83.86	4.71	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 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 ENSINO FUNDAMENTAL PARCIAL (06 A 14 ANOS)

SETEMBRO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 28	TERÇA-FEIRA 29	QUARTA-FEIRA 30	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
Desjejum 07:00 a 07:30	Melão							
	Cuscuz de milho	Batata doce	Macaxeira					
	Ovo primavera (ovo de galinha, cenoura, tomate, cebola, pimentão e cheiro verde)	Carne bovina em iscas ao molho	Carne bovina moída ao molho					
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Banana prata ou pacovan	Melão	Abacaxi					
Lanche Tarde 15:30 a 16:00	Melancia	Goiaba	Banana prata ou pacovan					
Jantar 15:30 a 16:00		Melancia						
	Risoto de carne bovina com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Pão seda com queijo muçarela	Batata doce					
			Filé de frango em iscas ao molho					
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)
778,55	99,90	51,24	19,19	1233,53	55,79	190,01	4,35	786,48

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