



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 INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 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	FERIADO	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	FERIADO	Abacaxi	Goiaba	Melão	Melancia
Almoço 11:00 a 11:30	FERIADO	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 tricolor (repolho, cenoura, beterraba) Bobó de macaxeira com filé de frango Arroz simples (arroz parboilizado)
Lanche da tarde 14:00 a 14:30	FERIADO	Melão	Abacaxi	Melancia	Banana prata ou pacovan
Jantar 15:30 a 16:00	FERIADO	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)
834,20	125,48	46,85	17,21	2834,07	72,51	243,60	5,92	628,53

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 INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 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	Vitamina de banana com leite de vaca em pó integral (sem açúcar)	Mandioqueijo	Banana prata ou pacovan polvilhada com leite em pó integral	Crepíoca com queijo muçarela
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	FERIADO	Melancia	Banana prata ou pacovan	Abacaxi	Tangerina
Almoço 11:00 a 11:30	FERIADO	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)	Salada de repolho com cenoura Macarrão talharim com filé de frango desfiado ao molho	Abóbora a vinagrete Feijoada alagoana (carne bovina em cubos + Feijão carioca) Farofa de cenoura Arroz simples (arroz parboilizado)
Lanche da tarde 14:00 a 14:30	FERIADO	Melancia	Abacaxi	Tangerina	Banana prata ou pacovan
Jantar 15:30 a 16:00	FERIADO	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)
794,99	125,54	42,99	16,24	1336,41	89,13	245,21	5,50	643,21

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**



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 INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 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	Banana prata ou pacovan polvilhada com leite em pó integral	Pão seda com requeijão caseiro	FERIADO	Cuscuz quarenta	Macaxeira
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Goiaba	Banana prata ou pacovan	FERIADO	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)	FERIADO	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	FERIADO	Goiaba	Banana prata ou pacovan
Jantar 15:30 a 16:00	Inhame Ovo mexido	Sopa de filé de frango com macarrão espaguete e legumes (abóbora, batata inglesa, cenoura, chuchu) Pão seda	FERIADO	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)
812,41	126,15	46,50	14,87	1236,21	69,63	131,40	5,70	690,96


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 ENSINO INFANTIL PARCIAL (CRECHE E PRÉ-ESCOLAR 1 A 5 ANOS)
SETEMBRO/2026

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 21	TERÇA-FEIRA 22	QUARTA-FEIRA 23	QUINTA-FEIRA 24	SEXTA-FEIRA 25
Desjejum 08:00 a 08:30	Banana prata ou pacovan com leite de vaca em pó integral	Leite de vaca integral com cacau em pó 100%	Cuscuz de milho umedecido com leite de vaca integral Ovo mexido	Inhame com leite de vaca integral	Sanduíche natural saudável (pão seda, queijo muçarela, alface e tomate)
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Tangerina	Banana prata ou pacovan	Manga Tommy ou Espada	Melancia	Abacaxi
Almoço 11:00 a 11:30	Macarrão espaguete com carne bovina moída ao molho com legumes (batata inglesa, cenoura, chuchu)	Purê de batata inglesa com cenoura 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)	Salada crua simples (Alface, cebola e tomate vermelho) Fígado bovino em iscas acebolado Feijão caseiro (feijão carioca) Arroz refogado com coentro (arroz parboilizado)	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	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)
898,57	131,46	48,23	21,20	2009,56	75,56	331,18	6,54	796,34

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



DIRETORIA ESPECIALIZADA DE GESTÃO EDUCACIONAL
COORDENADORIA GERAL DE PROGRAMAS E PROJETOS NAS ESCOLAS
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 INTEGRAL

MÊS/2024

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	SEGUNDA-FEIRA 28	TERÇA-FEIRA 29	QUARTA-FEIRA 30	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Desjejum 07:00 a 07:30	logurte 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		
Lanche Manhã 09:00 a 09:30	Banana prata ou pacovan	Abacaxi	Goiaba		
Almoço 11:30 a 12:00	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)		
Lanche Tarde 15:30 a 16:00	Goiaba	Melão	Abacaxi		
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)		

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)
389,45	46,96	18,74	5,56	1002,49	33,20	49,03	2,96	253,95

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