



**PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRO**  
 RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000  
 Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

**CARDÁPIO CRECHE 7 - 11 MESES (MARÇO/2026)**

10	2ª Feira - 02/03/2026	3ª Feira - 03/03/2026	4ª Feira - 04/03/2026	5ª Feira - 05/03/2026	6ª Feira - 06/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE TAPIOCA															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO MELANCIA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE GOIABA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA															
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM FRANGO	MUFFIN DE COUVE COM TOMATE	BOLINHO DE CARNE	OMELETE COM AVEIA	BOLO MAÇÃ															
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	MACARRONADA CARNE À BOLONHESA	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES															
Composição Nutricional	CA (MG)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	FE (MG)	CA (MG)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	FE (MG)	CA (MG)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	FE (MG)	CA (MG)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	FE (MG)	CA (MG)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	FE (MG)
	318,7395	84,8816	614,8720	3,5281	326,4399	103,8898	757,3480	4,6027	295,0270	70,8440	564,7940	4,8946	294,7419	98,8669	657,8860	4,5516	336,8974	100,7704	676,1330	4,3913
	LPD (G)	PTN (G)	VIT A (MCG)	VIT C (MG)	LPD (G)	PTN (G)	VIT A (MCG)	VIT C (MG)	LPD (G)	PTN (G)	VIT A (MCG)	VIT C (MG)	LPD (G)	PTN (G)	VIT A (MCG)	VIT C (MG)	LPD (G)	PTN (G)	VIT A (MCG)	VIT C (MG)
18,6224	20,6091	895,6270	34,5926	24,6807	31,5051	464,2900	34,6247	15,9584	34,8982	261,8655	31,0812	17,1655	29,9556	180,3200	24,7522	16,1128	34,4027	525,9545	58,3026	
Média Semanal	CA(MG) 314,7569	CHO(G) 91,6585	ENERGIA(KCAL) 654,1506	FE(MG) 4,3263	LPD(G) 18,5079	PTN(G) 31,8017	VIT A(MCG) 465,6130	VIT C(MG) 40,7067												

11	2ª Feira - 09/03/2026	3ª Feira - 10/03/2026	4ª Feira - 11/03/2026	5ª Feira - 12/03/2026	6ª Feira - 13/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE AVEIA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PANQUECA DE MAÇÃ															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE TOMATE ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA															
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO BANANA	OVOS MEXIDOS	QUIBE	BOLO COCO															
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM FRANGO MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	PURÊ BATATA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES															
Composição Nutricional	CA (MG)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	FE (MG)	CA (MG)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	FE (MG)	CA (MG)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	FE (MG)	CA (MG)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	FE (MG)	CA (MG)	CHO (G)	ENERGIA (KCAL)	FE (MG)
	419,7316	96,6182	678,0950	3,8593	284,3174	90,8117	696,0860	4,2692	313,3428	70,2915	524,3910	3,5232	317,2484	64,8150	573,5270	3,8219	346,3140	141,6378	892,0440	4,8914
	LPD (G)	PTN (G)	VIT A (MCG)	VIT C (MG)	LPD (G)	PTN (G)	VIT A (MCG)	VIT C (MG)	LPD (G)	PTN (G)	VIT A (MCG)	VIT C (MG)	LPD (G)	PTN (G)	VIT A (MCG)	VIT C (MG)	LPD (G)	PTN (G)	VIT A (MCG)	VIT C (MG)
19,0521	29,8462	551,4570	31,0376	19,2781	27,8938	132,7410	25,9902	15,7491	23,8209	374,4800	41,4002	18,5850	38,1741	228,1190	79,2774	20,4832	39,4931	498,6595	33,3286	
Média Semanal	CA(MG) 336,1909	CHO(G) 92,8348	ENERGIA(KCAL) 660,8044	FE(MG) 3,9718	LPD(G) 18,9995	PTN(G) 31,8836	VIT A(MCG) 356,2919	VIT C(MG) 42,2052												

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h**  
**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

**Marisa Fátima dos Passos Moreno**  
**Nutricionista**  
**CRN-3 nº4361**



**PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA**  
**RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000**  
**Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br**

**CARDÁPIO CRECHE 7 - 11 MESES (MARÇO/2026)**

12	2ª Feira - 16/03/2026	3ª Feira - 17/03/2026	4ª Feira - 18/03/2026	5ª Feira - 19/03/2026	6ª Feira - 20/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE TAPIOCA															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO MELANCIA	ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA ALFACE GOIABA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA															
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM CARNE	MUFFIN DE COUVE COM TOMATE	BOLINHO DE CARNE	OMELETE COM AVEIA	BOLO MAÇÃ															
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	MACARRONADA CARNE À BOLONHESA	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES															
Composição Nutricional	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG
	315,8286	64,7987	564,9285	3,2011	326,4399	103,5598	757,3480	4,6027	299,9723	72,3826	550,2940	4,0191	259,4919	104,4972	709,3960	4,0765	395,8274	100,7704	676,1530	4,3813
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
	13,9831	26,6033	617,7408	34,1681	24,6807	31,5051	464,2900	54,8247	15,7851	30,0779	394,1340	30,7982	19,5407	31,9456	171,4630	20,3052	16,1128	34,4027	525,9545	36,5926
Média Semanal	CA(MG) 315,5140	CHO(G) 93,1999	ENERGIA(KCAL) 651,6219	FE(MG) 4,2260	LPD(G) 18,0164	PTN(G) 30,8269	VIT A(MCG) 434,7205	VIT C(MG) 39,6778												

13	2ª Feira - 23/03/2026	3ª Feira - 24/03/2026	4ª Feira - 25/03/2026	5ª Feira - 26/03/2026	6ª Feira - 27/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE AVEIA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PANQUECA DE MAÇÃ															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE MAMÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA															
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO BANANA	OVOS MEXIDOS	QUIBE	BOLO COCO															
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM FRANGO MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	PURÊ BATATA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES															
Composição Nutricional	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG
	415,8697	96,4046	679,9760	3,8190	290,8154	98,3564	607,2390	3,8733	311,0876	68,9047	553,6570	3,5108	317,2484	64,8150	573,5270	3,9219	346,3140	141,6879	892,0440	4,8914
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
	19,7003	30,8549	526,2940	27,5066	16,1369	25,6319	147,8790	40,3672	17,7897	29,6309	397,1855	28,9982	18,5850	26,1741	223,1190	79,2774	20,4332	39,4981	499,6595	33,3208
Média Semanal	CA(MG) 336,2570	CHO(G) 92,0237	ENERGIA(KCAL) 661,2886	FE(MG) 3,9833	LPD(G) 18,9278	PTN(G) 32,7570	VIT A(MCG) 360,8294	VIT C(MG) 41,9094												

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h**  
**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

**Marisa Fátima dos Passos Moreno**  
**Nutricionista**  
**CRN-3 nº4361**




PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS  
 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
 COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA  
 RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000  
 Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

**CARDÁPIO CRECHE 7 - 11 MESES (MARÇO/2026)**

14	2ª Feira - 30/03/2026				3ª Feira - 31/03/2026											
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO				LEITE PÃO DE CENOURA											
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI											
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM FRANGO				MUFFIN DE COUVE COM TOMATE											
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				MACARRONADA CARNE À BOLONHESA											
Composição Nutricional	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG								
	317,0888	83,6225	597,7370	3,3128	322,9399	106,0398	766,8490	4,0677								
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG								
	18,9368	25,9379	616,8120	34,0276	24,8357	31,4001	395,8400	44,8247								
Média Semanal	CA(MG) 320,0144		CHO(G) 94,8562		ENERGIA(KCAL) 682,2925		FE(MG) 3,6908		LPD(G) 21,6862		PTN(G) 28,6690		VIT A(MCG) 506,3260		VIT C(MG) 39,4262	

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h**  
**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

  
**Marisa Fátima dos Passos Moreno**  
 Nutricionista  
 CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA  
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000  
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

**CARDÁPIO CRECHE 1 - 3 ANOS (MARÇO/2026)**

10	2ª Feira - 02/03/2026	3ª Feira - 03/03/2026	4ª Feira - 04/03/2026	5ª Feira - 05/03/2026	6ª Feira - 06/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE TAPIOCA															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO MELANCIA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE GOIABA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA															
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM FRANGO	MUFFIN DE COUVE COM TOMATE	BOLINHO DE CARNE	OMELETE COM AVEIA	BOLO MAÇÃ															
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	MACARRONADA CARNE À BOLONHESA	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES															
Composição Nutricional	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG
	380,3551	115,2659	824,9180	6,0669	381,3244	136,7483	943,8500	7,3328	369,2511	126,7700	872,0350	8,0648	356,6742	137,1905	903,5180	7,5236	396,8426	123,6477	928,2590	5,7578
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
	25,1234	38,9062	956,5370	38,9862	27,2238	39,9357	520,2180	68,6361	20,1878	46,2452	312,8265	46,5040	21,7999	42,0184	234,8120	37,2580	20,1318	42,0410	1.024,0030	93,6538
Média Semanal	CA(MG) 376,8894	CHO(G) 127,9444	ENERGIA(KCAL) 876,4760	FE(MG) 6,9692	LPD(G) 22,8853	PTN(G) 41,5413	VIT A(MCG) 609,6813	VIT C(MG) 56,6878												

11	2ª Feira - 09/03/2026	3ª Feira - 10/03/2026	4ª Feira - 11/03/2026	5ª Feira - 12/03/2026	6ª Feira - 13/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE AVEIA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PANQUECA DE MAÇÃ															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE TOMATE ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA															
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO BANANA	OVOS MEXIDOS	QUIBE	BOLO COCO															
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM FRANGO MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	PURÊ BATATA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES															
Composição Nutricional	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG
	441,3771	113,5132	786,3080	5,8059	386,0822	136,3550	866,8900	6,1381	489,2357	119,9903	842,6170	7,6064	395,1344	118,9284	875,5190	6,2514	384,5698	162,5526	1.025,5690	6,0932
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
	22,0089	35,2961	409,0590	28,7818	27,8360	45,1007	175,3210	40,3180	23,3362	39,2437	486,1990	69,7788	29,0869	50,4292	261,6380	108,8590	23,3694	46,5915	958,8630	46,1988
Média Semanal	CA(MG) 397,2798	CHO(G) 130,6689	ENERGIA(KCAL) 899,3206	FE(MG) 6,8002	LPD(G) 23,8691	PTN(G) 43,3282	VIT A(MCG) 457,4158	VIT C(MG) 59,1557												

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h**  
**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

**Marisa Fátima dos Passos Moreno**  
**Nutricionista**  
**CRN-3 nº4361**



**PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPRA**  
**RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000**  
**Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br**

**CARDÁPIO CRECHE 1 - 3 ANOS (MARÇO/2026)**

12	2ª Feira - 16/03/2026	3ª Feira - 17/03/2026	4ª Feira - 18/03/2026	5ª Feira - 19/03/2026	6ª Feira - 20/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE TAPIOCA															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO MELANCIA	ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA ALFACE GOIABA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA															
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM CARNE	MUFFIN DE COUVE COM TOMATE	BOLINHO DE CARNE	OMELETE COM AVEIA	BOLO MAÇÃ															
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	MACARRONADA CARNE À BOLONHESA	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES															
Composição Nutricional	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG
	327,9805	115,4270	607,0550	5,6141	381,3244	136,7483	943,9500	7,3328	373,2784	130,5016	874,9640	7,6109	356,3742	137,6105	916,3680	7,4846	396,8426	123,6477	828,2590	5,7579
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
	23,6743	34,6773	635,4670	36,8392	27,2238	39,0957	520,2160	68,6361	20,5894	42,8256	466,2335	53,0593	23,0594	40,2764	225,6220	28,0680	20,1319	42,0410	1.024,0090	93,6538
Média Semanal	CA(MG) 376,9800	CHO(G) 128,7970	ENERGIA(KCAL) 874,0592	FE(MG) 6,7600	LPD(G) 23,0971	PTN(G) 39,7232	VIT A(MCG) 552,3127	VIT C(MG) 56,0505												

13	2ª Feira - 23/03/2026	3ª Feira - 24/03/2026	4ª Feira - 25/03/2026	5ª Feira - 26/03/2026	6ª Feira - 27/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE AVEIA	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE PANQUECA DE MAÇÃ															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE MAMÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA ALFACE BANANA															
LANCHE TARDE	MINGAU DE CHOCOLATE	BOLO BANANA	OVOS MEXIDOS	QUIBE	BOLO COCO															
JANTAR	SOPA CARNE, MACARRÃO E LEGUMES	POLENTA COM FRANGO MOLHO	SOPA FRANGO, ARROZ E LEGUMES	PURÊ BATATA COM CARNE MOÍDA MOLHO	SOPA CARNE, FUBÁ E LEGUMES															
Composição Nutricional	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG
	438,3804	113,5132	794,8570	5,9865	359,2280	128,9750	871,6960	6,9750	395,4012	115,4063	835,8580	7,5411	396,1344	118,9284	875,5190	6,2814	384,5696	162,5526	1.025,6690	6,8922
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG
	21,8323	37,4316	387,8050	26,6968	24,5965	37,1017	203,7810	64,9980	22,8301	42,8756	497,7065	42,8488	23,0363	50,4292	261,6280	109,8590	23,3684	46,5815	958,8630	46,9408
Média Semanal	CA(MG) 394,5587	CHO(G) 127,8751	ENERGIA(KCAL) 880,9002	FE(MG) 6,5712	LPD(G) 23,1448	PTN(G) 42,7839	VIT A(MCG) 461,8987	VIT C(MG) 58,0877												

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h**  
**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**


**Marisa Fátima dos Passos Moreno**  
**Nutricionista**  
**CRN-3 nº4361**



**CARDÁPIO CRECHE 1 - 3 ANOS (MARÇO/2026)**

14	2ª Feira - 30/03/2026				3ª Feira - 31/03/2026											
LANCHE MANHÃ	LEITE PÃO DE POLVILHO				LEITE PÃO DE CENOURA											
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI											
LANCHE TARDE	TORTA LEGUMES COM FRANGO				MUFFIN DE COUVE COM TOMATE											
JANTAR	SOPÁ CARNE, MACARRÃO E LEGUMES				MACARRONADA CARNE À BOLONHESA											
Composição Nutricional	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG	CA MG	CHO G	ENERGIA KCAL	FE MG								
	376,2245	113,5684	813,8660	5,6415	371,9244	140,4683	957,8500	6,4288								
	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG	LPD G	PTN G	VIT A MCG	VIT C MG								
	25,4351	34,4911	829,1570	35,2092	27,4678	36,3077	406,0560	31,8361								
Média Semanal	CA(MG) 374,0744		CHO(G) 127,0133		ENERGIA(KCAL) 885,9075		FE(MG) 6,0351		LPD(G) 26,4515		PTN(G) 36,6694		VIT A(MCG) 467,6065		VIT C(MG) 43,5827	

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS: LANCHE MANHÃ: 07:00 AS 08:00 h / ALMOÇO: 10:30 AS 11:30 h / LANCHE TARDE: 13:30 AS 14:00 h / JANTAR: 15:30 AS 16:30 h**  
**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

  
**Marisa Fátima dos Passos Moreno**  
 Nutricionista  
 CRN-3 nº4361



**CARDÁPIO PRÉ ESCOLA 4 - 5 ANOS (MARÇO/2026)**

10	2ª Feira - 02/03/2026				3ª Feira - 03/03/2026				4ª Feira - 04/03/2026				5ª Feira - 05/03/2026				6ª Feira - 06/03/2026			
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE LARANJA			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO MELANCIA				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE GOTABA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	77,5049	470,6100	10,8339	20,6775	77,2849	471,2500	9,7493	19,7704	70,8129	466,8510	9,9977	24,4307	81,1039	512,4400	6,3359	19,9505	82,3442	361,3560	6,7626	23,7430
Média Semanal	CHO(G) 75,8522				ENERGIA(KCAL) 462,0374				LPD(G) 9,1247				PTN(G) 20,9742							

11	2ª Feira - 09/03/2026				3ª Feira - 10/03/2026				4ª Feira - 11/03/2026				5ª Feira - 12/03/2026				6ª Feira - 13/03/2026			
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE BANANA			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE TOMATE ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	75,5605	405,8470	7,6944	13,8800	77,2566	490,5490	10,9710	22,4768	78,1394	478,3700	10,6468	18,4234	71,4958	466,0850	10,6958	22,5591	89,8242	489,8560	7,5206	20,1599
Média Semanal	CHO(G) 78,0773				ENERGIA(KCAL) 466,0014				LPD(G) 9,5076				PTN(G) 19,7074							

12	2ª Feira - 16/03/2026				3ª Feira - 17/03/2026				4ª Feira - 18/03/2026				5ª Feira - 19/03/2026				6ª Feira - 20/03/2026			
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE LARANJA			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO MELANCIA				ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE ALFACE GOIABA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	77,5090	419,9605	6,2241	16,6836	77,2849	471,2500	9,7493	19,7704	74,3951	458,5590	10,1404	18,9226	88,2850	620,6500	11,0258	19,1588	82,3442	381,3560	6,7626	23,7430
Média Semanal	CHO(G) 75,9536				ENERGIA(KCAL) 450,3631				LPD(G) 8,7803				PTN(G) 18,8556							

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

**LANCHE ENTRADA MANHÃ: 07:30 AS 08:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO MANHÃ: 10:00 AS 11:00 h**

**LANCHE ENTRADA TARDE: 13:00 AS 13:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:00 AS 16:00 h**

**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

**Marisa Fátima dos Passos Moreno**  
Nutricionista  
CRN-3 nº4361



**CARDÁPIO PRÉ ESCOLA 4 - 5 ANOS (MARÇO/2026)**

13	2ª Feira - 23/03/2026				3ª Feira - 24/03/2026				4ª Feira - 25/03/2026				5ª Feira - 26/03/2026				6ª Feira - 27/03/2026			
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE BANANA			
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ISCAS CARNE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE MAMÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA				MACARRONADA PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	72,9452	113,9250	7,0931	17,3792	78,2139	463,3900	8,3899	20,2005	86,3785	516,6810	13,8911	27,9908	71,4988	466,0650	10,6958	22,5951	89,9342	488,9560	7,5286	28,1829
Média Semanal	CHO(G) 81,8536				ENERGIA(KCAL) 489,7974				LPD(G) 9,5197				PTN(G) 21,6639							
14	2ª Feira - 30/03/2026				3ª Feira - 31/03/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO DE CENOURA															
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO MAÇÃ				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO ABACAXI															
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G												
	73,5605	405,8470	7,8941	13,8880	81,0049	465,1500	9,8933	19,5924												
Média Semanal	CHO(G) 77,2827				ENERGIA(KCAL) 445,5485				LPD(G) 8,8439				PTN(G) 16,7352							

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

**LANCHE ENTRADA MANHÃ: 07:30 AS 08:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO MANHÃ: 10:00 AS 11:00 h**

**LANCHE ENTRADA TARDE: 13:00 AS 13:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:00 AS 16:00 h**

**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

**Marisa Fátima dos Passos Moreno**  
Nutricionista  
CRN-3 nº4361



**CARDÁPIO PRÉ ESCOLA INTEGRAL 04-05 ANOS (MARÇO/2026)**

10	2ª Feira - 02/03/2026				3ª Feira - 03/03/2026				4ª Feira - 04/03/2026				5ª Feira - 05/03/2026				6ª Feira - 06/03/2026			
LANCHE MANHÃ	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE LARANJA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE				MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE ACELGA			
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ				PÃO MELANCIA				VITAMINADO ABACATE				PÃO GOTABA				PÃO LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	163,2518	921,4850	14,8213	37,7923	180,1814	1.155,5930	25,2914	55,9483	148,6209	1.015,0970	26,3315	49,1124	250,5068	1.183,3750	22,0253	44,9499	169,5258	994,4960	15,6691	35,4383
Média Semanal	CHO(G) 170,6173				ENERGIA(KCAL) 1.051,3532				LPD(G) 20,7677				PTN(G) 48,2240							

11	2ª Feira - 09/03/2026				3ª Feira - 10/03/2026				4ª Feira - 11/03/2026				5ª Feira - 12/03/2026				6ª Feira - 13/03/2026			
LANCHE MANHÃ	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE BANANA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO				ARROZ BRANCO FEIJÃO CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE TOMATE				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM ERVILHA SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO				MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE ALFACE			
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ				PÃO ABACAXI				VITAMINADO DE MAÇÃ				PÃO LARANJA				PÃO BANANA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	161,9585	992,4479	20,7954	43,6650	164,9710	969,7980	16,3869	39,9350	166,0685	964,2659	19,5495	38,5690	100,6792	586,6730	20,3254	41,5930	182,8206	1.001,9960	10,5674	35,2412
Média Semanal	CHO(G) 166,9654				ENERGIA(KCAL) 1.001,1980				LPD(G) 18,8354				PTN(G) 43,8075							

12	2ª Feira - 16/03/2026				3ª Feira - 17/03/2026				4ª Feira - 18/03/2026				5ª Feira - 19/03/2026				6ª Feira - 20/03/2026			
LANCHE MANHÃ	LEITE MAÇÃ				LEITE PÃO DE CENOURA				LEITE PÃO DE MILHO				LEITE PÃO INTEGRAL				LEITE LARANJA			
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE FRANGO SALADA DE REPOLHO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO				ARROZ BRANCO FEIJÃO PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI				ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO DOURADINHO SALADA DE ALFACE				MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE ACELGA			
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ				PÃO MELANCIA				VITAMINADO ABACATE				PÃO GOTABA				PÃO LARANJA			
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	101,8505	1.086,9510	15,5074	53,3218	100,1014	1.155,5930	25,2914	55,9483	156,6599	1.025,0970	23,0045	40,1109	187,7930	1.048,0200	17,0536	36,0042	160,3258	994,4960	15,6691	35,4383
Média Semanal	CHO(G) 173,4201				ENERGIA(KCAL) 1.056,4154				LPD(G) 20,2732				PTN(G) 47,7783							

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

**LANCHE MANHÃ: 10:00 AS 10:30 h / ALMOÇO: 12:00 AS 12:30 h / LANCHE TARDE: 14:35 AS 15:05 h**

**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

Marisa Fátima dos Passos Moreno  
Nutricionista  
CRN-3 nº4361




**CARDÁPIO PRÉ ESCOLA INTEGRAL 04-05 ANOS (MARÇO/2026)**

13	2ª Feira - 23/03/2026	3ª Feira - 24/03/2026	4ª Feira - 25/03/2026	5ª Feira - 26/03/2026	6ª Feira - 27/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO INTEGRAL	LEITE PÃO DE CENOURA	LEITE PÃO DE MILHO	LEITE BANANA															
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO JSCAS CARNE SALADA DE REPOLHO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE	ARROZ BRANCO FEIJÃO POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO	MACARRONADA PICADINHO CARNE NO MOLHO SALADA DE ALFACE															
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ	PÃO MAMÃO	VITAMINADO DE BANANA	PÃO LARANJA	PÃO BANANA															
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	161,0496	1.060,0220	17,4142	83,5974	175,0958	1.059,4258	22,0853	49,0292	198,7989	1.171,9570	23,6749	88,8975	190,6702	886,6750	20,3294	41,8053	383,0208	1.061,3950	16,5871	85,2919
Média Semanal	CHO(G) 173,7177				ENERGIA(KCAL) 1.063,7066				LPD(G) 20,0142				PTN(G) 49,8943							
14	2ª Feira - 30/03/2026	3ª Feira - 31/03/2026																		
LANCHE MANHÃ	LEITE MAÇÃ	LEITE PÃO DE CENOURA																		
ALMOÇO	ARROZ BRANCO FEIJÃO FRANGO AÇEBOLADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ BRANCO FEIJÃO PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO																		
LANCHE TARDE	PÃO MAÇÃ	PÃO ABACAXI																		
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G												
	161,0655	892,0470	20,7954	43,6830	100,9914	1.157,2898	25,4854	83,5879												
Média Semana	CHO(G) 170,9290				ENERGIA(KCAL) 1.075,0750				LPD(G) 23,1409				PTN(G) 48,5965							

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

**LANCHE MANHÃ: 10:00 AS 10:30 h / ALMOÇO: 12:00 AS 12:30 h / LANCHE TARDE: 14:35 AS 15:05 h**

**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

  
**Marisa Fatima dos Passos Moreno**  
 Nutricionista  
 CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPR  
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000  
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

### CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 6 - 10 ANOS (MARÇO/2026)

10	2ª Feira - 02/03/2026	3ª Feira - 03/03/2026	4ª Feira - 04/03/2026	5ª Feira - 05/03/2026	6ª Feira - 06/03/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO	ARROZ CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE GOIABA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA															
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	67,1918	491,5220	13,1588	25,5816	76,9142	523,9820	11,2811	29,2701	67,3564	485,2450	11,4182	21,9551	128,9812	697,3320	7,0461	33,8761	79,8582	547,7220	12,1456	31,8949
Média Semanal	CHO(G) 83,5902				ENERGIA(KCAL) 543,3508				LPD(G) 10,9956				PTN(G) 28,3540							

11	2ª Feira - 09/03/2026	3ª Feira - 10/03/2026	4ª Feira - 11/03/2026	5ª Feira - 12/03/2026	6ª Feira - 13/03/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE TOMATE	ARROZ FRANGO COM ERVILHA SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE BANANA															
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	64,6344	492,0020	15,2565	22,0166	77,1394	555,3960	10,5770	37,3223	67,4164	800,8220	16,1215	23,4636	88,7226	551,3920	10,8363	28,0039	89,4432	592,0100	13,2386	37,1895
Média Semanal	CHO(G) 77,4712				ENERGIA(KCAL) 538,2524				LPD(G) 13,3480				PTN(G) 28,3985							

12	2ª Feira - 16/03/2026	3ª Feira - 17/03/2026	4ª Feira - 18/03/2026	5ª Feira - 19/03/2026	6ª Feira - 20/03/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO	ARROZ PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO DOURADINHO SALADA DE ALFACE GOIABA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA LARANJA															
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	70,2784	608,8505	11,8010	30,3083	76,9142	523,9820	11,2811	29,2701	71,9298	487,5950	13,0425	14,4906	105,8242	624,6600	11,5791	23,8571	79,8582	547,7220	12,1456	31,8949
Média Semanal	CHO(G) 81,5007				ENERGIA(KCAL) 532,5519				LPD(G) 11,8999				PTN(G) 25,8038							

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

**LANCHE ENTRADA MANHÃ: 06:30 AS 07:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO MANHÃ: 09:30 AS 10:30 h**

**LANCHE ENTRADA TARDE: 12:00 AS 12:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:00 AS 16:00 h**

**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

Marisa Fátima dos Passos Moreno  
Nutricionista  
CRN-3 nº4361



PREFEITURA MUNICIPAL DE PEDERNEIRAS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
COORDENADORIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - CEMPR  
RUA SIQUEIRA CAMPOS SUL-64 - CENTRO - PEDERNEIRAS/SP - CEP 17280-000  
Fone: (14)3283-9570 e-mail: informatica@pederneiras.sp.gov.br

### CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 6 - 10 ANOS (MARÇO/2026)

13	2ª Feira - 23/03/2026	3ª Feira - 24/03/2026	4ª Feira - 25/03/2026	5ª Feira - 26/03/2026	6ª Feira - 27/03/2026															
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO	PÃO COM MARGARINA	PÃO	LEITE															
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE	POLENTA COM CARNE MOÍDA MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO LARANJA	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOÍDA SALADA DE ALFACE BANANA															
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	73,7834	557,1020	19,2885	22,6131	88,4712	547,9320	6,9861	33,0781	76,5666	501,7140	13,4590	21,3862	66,7226	551,3920	10,8363	28,0089	69,4432	592,0100	13,2366	31,2589
Média Semanal	CHO(G) 83,4774				ENERGIA(KCAL) 550,0300				LPD(G) 12,6977				PTN(G) 27,2534							
14	2ª Feira - 30/03/2026	3ª Feira - 31/03/2026																		
LANCHE ENTRADA	LEITE COM CHOCOLATE	PÃO																		
REFEIÇÃO PADRÃO	ARROZ FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO																		
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G												
	64,6344	492,6020	10,2665	22,0166	76,5142	523,9920	11,2311	29,2701												
Média Semanal	CHO(G) 70,7743				ENERGIA(KCAL) 507,9670				LPD(G) 13,7488				PTN(G) 25,6434							

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

**LANCHE ENTRADA MANHÃ: 06:30 AS 07:00 h / REFEIÇÃO PADRÃO MANHÃ: 09:30 AS 10:30 h**

**LANCHE ENTRADA TARDE: 12:00 AS 12:30 h / REFEIÇÃO PADRÃO TARDE: 15:00 AS 16:00 h**

**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

  
**Marisa Fátima dos Passos Moreno**  
**Nutricionista**  
**CRN-3 nº4361**



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 6 - 10 ANOS (MARÇO/2026)**

10	2ª Feira - 02/03/2026	3ª Feira - 03/03/2026	4ª Feira - 04/03/2026	5ª Feira - 05/03/2026	6ª Feira - 06/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO															
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM CENOURA SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA															
LANCHE TARDE	ARROZ DOCE	LANCHE DE FRANGO MELANCIA	VITAMINADO ABACATE	PÃO MACIO COM MARGARINA GOIABA	PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA															
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	232,4200	1.472,2240	30,0163	69,7485	169,3650	1.211,0700	32,4583	61,8004	169,5348	1.169,7020	32,1206	54,7195	178,4312	1.241,5400	40,2419	44,7293	164,7438	1.181,3140	26,5873	26,3820
Média Semanal	CHO(G) 182,9006				ENERGIA(KCAL) 1.245,1880				LPD(G) 32,6837				PTN(G) 57,5707							

11	2ª Feira - 09/03/2026	3ª Feira - 10/03/2026	4ª Feira - 11/03/2026	5ª Feira - 12/03/2026	6ª Feira - 13/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO															
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA COM BATATA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM ERVILHA SALADA DE ALMEIRÃO MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ALFACE															
LANCHE TARDE	PÃO MACIO COM MARGARINA	LANCHE DE CARNE ABACAXI	VITAMINADO MAÇÃ	PÃO COM MUÇARELA LARANJA	PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA															
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	154,2786	1.017,4600	25,8627	57,0504	170,4395	1.237,0760	35,8180	64,6996	197,3859	1.318,9300	33,8316	62,8055	171,4180	1.211,1800	36,1379	59,2176	177,9420	1.182,3140	29,6972	36,3700
Média Semanal	CHO(G) 175,8920				ENERGIA(KCAL) 1.203,3920				LPD(G) 32,3675				PTN(G) 55,4905							

12	2ª Feira - 16/03/2026	3ª Feira - 17/03/2026	4ª Feira - 18/03/2026	5ª Feira - 19/03/2026	6ª Feira - 20/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO															
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PEIXE COM BATATA, PIMENTÃO E CENOURA SALADA DE CHICÓRIA ABACAXI	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO DOURADINHO SALADA DE ALFACE	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLHO SALADA DE ACELGA															
LANCHE TARDE	DANETE	LANCHE DE FRANGO MELANCIA	VITAMINADO ABACATE	PÃO MACIO COM REQUEIJÃO GOIABA	PÃO MACIO COM MARGARINA LARANJA															
Composição Nutricional	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G	CHO G	ENERGIA KCAL	LPD G	PTN G
	256,3488	1.519,0120	24,0216	60,0785	169,3650	1.211,0700	32,4583	61,8004	173,0655	1.148,3680	33,0858	41,6800	170,2717	1.104,2700	31,8016	36,2766	166,7458	1.181,3140	28,5673	24,8278
Média Semanal	CHO(G) 186,7589				ENERGIA(KCAL) 1.222,6058				LPD(G) 30,3509				PTN(G) 53,4083							

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**  
**LANCHE MANHÃ: 08:30 AS 09:30 h / ALMOÇO: 11:00 AS 13:00 h / LANCHE TARDE: 14:30 AS 15:30 h**  
**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

**Marisa Fátima dos Passos Moreno**  
Nutricionista  
CRN-3 nº4361



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL 6 - 10 ANOS (MARÇO/2026)**

13	2ª Feira - 23/03/2026	3ª Feira - 24/03/2026	4ª Feira - 25/03/2026	5ª Feira - 26/03/2026	6ª Feira - 27/03/2026															
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA	LEITE PÃO	LEITE PÃO COM MANTEIGA	LEITE PÃO															
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA ALMÔNDEGA NO MOLHO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO COM BATATA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO CARIOCA POLENTA CARNE BOVINA NO MOLHO SALADA DE ALMEIRÃO MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM PIMENTÃO SALADA DE PEPINO	MACARRONADA COM PICADINHO CARNE MOLETO SALADA DE ALFACE															
LANCHE TARDE	PÃO MACIO COM MARGARINA	LANCHE DE CARNE MAMÃO	VITAMINADO BANANA	PÃO COM PRESUNTO LARANJA	PÃO MACIO COM MARGARINA BANANA															
Composição Nutricional	CHO G 162,7265	ENERGIA KCAL 1.147,6640	LPD G 35,4115	PTN G 49,7444	CHO G 173,8950	ENERGIA KCAL 1.232,9240	LPD G 35,4973	PTN G 57,7561	CHO G 202,6468	ENERGIA KCAL 1.290,7020	LPD G 29,2196	PTN G 50,2407	CHO G 171,6859	ENERGIA KCAL 1.181,4800	LPD G 32,0379	PTN G 52,7776	CHO G 177,9480	ENERGIA KCAL 1.162,3240	LPD G 29,0673	PTN G 36,3950
Média Semanal	CHO(G) 177,7793				ENERGIA(KCAL) 1.207,0568				LPD(G) 32,5987				PTN(G) 53,7896							
14	2ª Feira - 30/03/2026	3ª Feira - 31/03/2026																		
LANCHE MANHÃ	LEITE COM CHOCOLATE MAÇÃ	LEITE PÃO MACIO COM MARGARINA																		
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA FRANGO ACEBOLADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARIOCA PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO																		
LANCHE TARDE	CANJICA	LANCHE DE FRANGO ABACAXI																		
Composição Nutricional	CHO G 166,7386	ENERGIA KCAL 1.053,6950	LPD G 25,4607	PTN G 41,5668	CHO G 176,0450	ENERGIA KCAL 1.241,5700	LPD G 32,9433	PTN G 51,5854												
Média Semanal	CHO(G) 172,3903				ENERGIA(KCAL) 1.149,1125				LPD(G) 29,2020				PTN(G) 51,5761							

**SUGESTÃO DE HORÁRIOS:**

**LANCHE MANHÃ: 08:30 AS 09:30 h / ALMOÇO: 11:00 AS 13:00 h / LANCHE TARDE: 14:30 AS 15:30 h**

**CARDÁPIOS SUJEITOS A ALTERAÇÕES**

**Marisa Fatima dos Passos Moreno**  
Nutricionista  
CRN-3 nº4361