



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA  
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL  
CARDÁPIO INFANTIL  
PERÍODO PARCIAL E INTEGRAL

# INFANTIL

(Faixa etária atendida: entre 4 e 6 anos)

## NOVEMBRO / 2025



| 2ª SEMANA |   |
|-----------|---|
| SEGUNDA   | 3 |
| TERÇA     | 4 |
| QUARTA    | 5 |
| QUINTA    | 6 |
| SEXTA     | 7 |

| PERÍODO DA MANHÃ                     |                                                                                                        |                                                                    |
|--------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------|
| DESJEJUM (7:00 - 7:30)               | ALMOÇO (10:00 - 11:00)                                                                                 | SOBREMESA (11:00 - 11:30)                                          |
| MELANCIA                             | ARROZ, FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)<br><br>ABOBRINHA REFOGADA            | MAÇÃ                                                               |
| BANANA                               | MACARRÃO PARISIENSE<br>PERNIL EM CUBOS, CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO (TRIGO E LEITE) E CHEIRO VERDE  | MELÃO                                                              |
| BISCOITO SALGADO<br>SUCO             | POLENTA<br>FRANGO DESFIADO AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO) COM CENOURA COZIDA EM PEDAÇOS GRANDES) | ABACAXI                                                            |
| LEITE COM CACAU<br>PÃO COM MARGARINA | ARROZ<br>CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA<br><br>MANDIOCA                                              | MAMÃO                                                              |
| BANANA                               | ARROZ, FEIJÃO<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE E VAGEM<br><br>COUVE REFOGADA                                 | SALADA DE FRUTA<br>(ABACAXI, MAMÃO, MAÇÃ, MANGA E SUCO DE LARANJA) |

| PERÍODO DA TARDE                     |                                                                                                               |                           |
|--------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| ENTRADA (12:30 - 13:00)              | JANTAR (15:30 - 16:00)                                                                                        | SOBREMESA (15:30 - 16:00) |
| MAÇÃ                                 | SOPA CANJA COM FRANGO, CENOURA, BATATA E MANDIOQUINHA (CORTADOS EM CUBOS PEQUENOS)                            | ABACAXI                   |
| LEITE COM CACAU<br>PÃO COM MARGARINA | ARROZ<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CHEIRO VERDE<br><br>ALFACE COM PEPINO                                      | LARANJA                   |
| BISCOITO SALGADO<br>SUCO             | ARROZ, FEIJÃO<br>CARNE DESFIADA COM TOMATE E CENOURA<br><br>SELETA DE CHUCHU COM BATATA                       | MELANCIA                  |
| MAMÃO                                | ARROZ, FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COZIDO COM ABÓBORA EM PEDAÇOS; E PERNIL DESFIADO)<br><br>VIRADINHO DE ABOBRINHA | MELÃO                     |
| BANANA                               | MACARRÃO TROPICAL<br>FRANGO DESFIADO, TOMATE, CENOURA E ABOBRINHA E BRÓCOLIS                                  | LARANJA                   |

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 540,3 kcal · Carboidratos 91,0 g · Proteínas 18,6 g · Gorduras totais 13,0 g · Cálcio 137,8 mg · Ferro 2,6 g · Vitamina A 252,7 mcg · Vitamina C 62,6 mg.

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 521,0 kcal · Carboidratos 82,8 g · Proteínas 18,4 g · Gorduras totais 14,4 g · Cálcio 130,2 mg · Ferro 2,7 g · Vitamina A 209,4 mcg · Vitamina C 53,2 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRAS | ALUNOS DO PERÍODO INTEGRAL RECEBEM TODAS AS REFEIÇÕES | A SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O DESJEJUM E ALMOÇO OU ENTRADA E JANTAR.



*Jaqueline Carboneri Brando*  
Jaqueline Carboneri Brando  
Nutricionista CRN3 60178

*Orlando Carola Neto*  
Orlando Carola Neto  
Nutricionista CRN3 29713



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA  
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL  
CARDÁPIO INFANTIL  
PERÍODO PARCIAL E INTEGRAL

# INFANTIL

(Faixa etária atendida: entre 4 e 6 anos)

## NOVEMBRO / 2025



| 3ª SEMANA |    |
|-----------|----|
| SEGUNDA   | 10 |
| TERÇA     | 11 |
| QUARTA    | 12 |
| QUINTA    | 13 |
| SEXTA     | 14 |

| PERÍODO DA MANHÃ                                    |                                                                                                  |                           |
|-----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| DESJEJUM (7:00 - 7:30)                              | ALMOÇO (10:00 - 11:00)                                                                           | SOBREMESA (11:00 - 11:30) |
| BISCOITO DOCE<br>SUCO                               | MACARRÃO<br>FRANGO AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)<br><br>SALADA DE REPOLHO COLORIDO        | MAÇÃ                      |
| FLOCOS DE MILHO COM<br>LEITE E BANANA EM<br>RODELAS | ARROZ, FEIJÃO<br>PERNIL DESFIADO COM CHEIRO VERDE<br><br>BETERRABA REFOGADA                      | LARANJA                   |
| BANANA                                              | SOPA DE MACARRÃO COM<br>CARNE DESFIADA, CENOURA E<br>MANDIOQUINHA COZIDA                         | MELANCIA                  |
| MAMÃO                                               | ARROZ, FEIJÃO COM ABÓBORA<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CENOURA<br><br>SALADA DE REPOLHO COLORIDO | ABACAXI                   |
| LARANJA                                             | ARROZ<br>FRICASSE DE FRANGO (COM CREME DE MILHO)<br><br>BATATA ASSADA                            | BANANA                    |

| PERÍODO DA TARDE                                    |                                                                                                 |                           |
|-----------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| ENTRADA (12:30 - 13:00)                             | JANTAR (15:30 - 16:00)                                                                          | SOBREMESA (15:30 - 16:00) |
| BISCOITO DOCE<br>SUCO                               | ARROZ<br>CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)<br><br>PURÊ DE ABÓBORA                | MAMÃO                     |
| FLOCOS DE MILHO COM<br>LEITE E BANANA EM<br>RODELAS | ARROZ, FEIJÃO<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E ESPINAFRE<br><br>CHUCHU REFOGADO            | MELÃO                     |
| MELANCIA                                            | ARROZ, FEIJÃO<br>FRANGO DESFIADO COM TOMATE<br><br>ABÓBORA COM BRÓCOLIS                         | BANANA                    |
| MAMÃO                                               | ARROZ, FEIJÃO<br>PERNIL DESFIADO COM TOMATE<br><br>SALADA DE PEPINO                             | ABACAXI                   |
| LARANJA                                             | ARROZ<br>CARNE DESFIADA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)<br><br>CHUCHU REFOGADO COM CONETRO | MELANCIA                  |

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 540,3 kcal · Carboidratos 91,0 g · Proteínas 18,6 g · Gorduras totais 13,0 g · Cálcio 137,8 mg · Ferro 2,6 g · Vitamina A 252,7 mcg · Vitamina C 62,6 mg.

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 521,0 kcal · Carboidratos 82,8 g · Proteínas 18,4 g · Gorduras totais 14,4 g · Cálcio 130,2 mg · Ferro 2,7 g · Vitamina A 209,4 mcg · Vitamina C 53,2 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRAS | ALUNOS DO PERÍODO INTEGRAL RECEBEM TODAS AS REFEIÇÕES | A SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O DESJEJUM E ALMOÇO OU ENTRADA E JANTAR.



*Jaqueline Carboneri Brando*  
Jaqueline Carboneri Brando  
Nutricionista CRN3 60178

*Orlando Carola Neto*  
Orlando Carola Neto  
Nutricionista CRN3 29713



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA  
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL  
CARDÁPIO INFANTIL  
PERÍODO PARCIAL E INTEGRAL

# INFANTIL

(Faixa etária atendida: entre 4 e 6 anos)

NOVEMBRO / 2025



| 4ª SEMANA |    |
|-----------|----|
| SEGUNDA   | 17 |
| TERÇA     | 18 |
| QUARTA    | 19 |
|           |    |
|           |    |

| PERÍODO DA MANHÃ         |                                                                                     |                           |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| DESJEJUM (7:00 - 7:30)   | ALMOÇO (10:00 - 11:00)                                                              | SOBREMESA (11:00 - 11:30) |
| MAMÃO                    | ARROZ<br>CARNE MOÍDA COM TOMATE E QUIABO<br>MANDIOQUINHA COM CENOURA                | ABACAXI                   |
| BANANA                   | MACARRÃO<br>PERNIL DESFIADA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)<br>BATATA REFOGADA | MAÇÃ                      |
| BISCOITO SALGADO<br>SUCO | ARROZ, FEIJÃO<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE, BRÓCOLIS E CENOURA                        | MELÃO                     |
|                          |                                                                                     |                           |
|                          |                                                                                     |                           |

| PERÍODO DA TARDE         |                                                                                        |                           |
|--------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| ENTRADA (12:30 - 13:00)  | JANTAR (15:30 - 16:00)                                                                 | SOBREMESA (15:30 - 16:00) |
| MAMÃO                    | ARROZ, FEIJÃO<br>PERNIL DESFIADO COM CENOURA E BATATA COZIDA<br>(TIPO CARNE DE PANELA) | ABACAXI                   |
| BANANA                   | ARROZ<br>FRICASSE DE FRANGO (COM CREME DE MILHO)<br>BATATA ASSADA                      | MAÇÃ                      |
| BISCOITO SALGADO<br>SUCO | MACARRÃO<br>CARNE MOÍDA AO MOLHO (TOMATE, CENOURA E EXTRATO)<br>SALADA DE ACELGA       | MAMÃO                     |
|                          |                                                                                        |                           |
|                          |                                                                                        |                           |

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 540,3 kcal · Carboidratos 91,0 g · Proteínas 18,6 g · Gorduras totais 13,0 g · Cálcio 137,8 mg · Ferro 2,6 g · Vitamina A 252,7 mcg · Vitamina C 62,6 mg.

## INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 521,0 kcal · Carboidratos 82,8 g · Proteínas 18,4 g · Gorduras totais 14,4 g · Cálcio 130,2 mg · Ferro 2,7 g · Vitamina A 209,4 mcg · Vitamina C 53,2 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRAS | ALUNOS DO PERÍODO INTEGRAL RECEBEM TODAS AS REFEIÇÕES | A SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O DESJEJUM E ALMOÇO OU ENTRADA E JANTAR.



*Jaqueline Carboneri Brando*  
Jaqueline Carboneri Brando  
Nutricionista CRN3 60178

*Orlando Carola Neto*  
Orlando Carola Neto  
Nutricionista CRN3 29713



PREFEITURA MUNICIPAL DE VÁRZEA PAULISTA  
UNIDADE GESTORA DE EDUCAÇÃO MUNICIPAL  
CARDÁPIO INFANTIL  
PERÍODO PARCIAL E INTEGRAL

# INFANTIL

(Faixa etária atendida: entre 4 e 6 anos)

## NOVEMBRO / 2025



| 5ª SEMANA |    |
|-----------|----|
| SEGUNDA   | 24 |
| TERÇA     | 25 |
| QUARTA    | 26 |
| QUINTA    | 27 |
| SEXTA     | 28 |

| PERÍODO DA MANHÃ                     |                                                                                                           |                                       |
|--------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| DESJEJUM (7:00 - 7:30)               | ALMOÇO (10:00 - 11:00)                                                                                    | SOBREMESA (11:00 - 11:30)             |
| MELÃO                                | MACARRÃO<br>CARNE MOÍDA AO MOLHO (EXTRATO, TOMATE, CENOURA E MANJERICÃO)<br><br>ABOBRINHA REFOGADA        | LARANJA                               |
| TORTA PIZZA (TOMATE E ORÉGANO)       | ARROZ DE FORNO<br>FRANGO DESFIADO, CENOURA, TOMATE E VAGEM (COM MOLHO BRANCO)                             | MELÃO                                 |
| MELANCIA                             | ARROZ, FEIJOADA (FEIJÃO PRETO COZIDO COM ABÓBORA EM PEDAÇOS; E PERNIL DESFIADO)<br><br>VIRADINHO DE COUVE | BANANA                                |
| LEITE COM CACAU<br>PÃO COM REQUEIJÃO | ARROZ, FEIJÃO COM BETERRABA (COZIDO JUNTO COM FEIJÃO)<br><br>OVOS MEXIDOS COM BRÓCOLIS E TOMATE           | ABACAXI                               |
| BANANA                               | ARROZ<br>ESTROGONOFÉ DE PERNIL<br><br>BATATA SAUTÉ                                                        | BOLO DE CENOURA<br>COM CALDA DE CACAU |

| PERÍODO DA TARDE                     |                                                                                                    |                                       |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| ENTRADA (12:30 - 13:00)              | JANTAR (15:30 - 16:00)                                                                             | SOBREMESA (15:30 - 16:00)             |
| ABACAXI                              | ARROZ, FEIJÃO<br>PERNIL DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE E CENOURA) COM MANDIOCA       | MELANCIA                              |
| TORTA PIZZA (TOMATE E ORÉGANO)       | ARROZ, FEIJÃO<br>PEIXE ENSOPADO AO MOLHO DE TOMATE (EXTRATO, TOMATE, CENOURA)<br><br>BATATA COZIDA | MELÃO                                 |
| LEITE COM CACAU<br>PÃO COM REQUEIJÃO | ARROZ<br>CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA<br><br>ALFACE COM BETERRABA                                | MELÃO                                 |
| MAMÃO                                | MACARRÃO<br>FRANGO DESFIADO COM MOLHO BRANCO E CHEIRO VERDE<br><br>CENOURA REFOGADA COM COENTRO    | MELANCIA                              |
| BANANA                               | ARROZ, LENTILHA<br>CARNE MOÍDA<br><br>PURÊ DE ABÓBORA COM CENOURA                                  | BOLO DE CENOURA<br>COM CALDA DE CACAU |

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 540,3 kcal · Carboidratos 91,0 g · Proteínas 18,6 g · Gorduras totais 13,0 g · Cálcio 137,8 mg · Ferro 2,6 g · Vitamina A 252,7 mcg · Vitamina C 62,6 mg.

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 521,0 kcal · Carboidratos 82,8 g · Proteínas 18,4 g · Gorduras totais 14,4 g · Cálcio 130,2 mg · Ferro 2,7 g · Vitamina A 209,4 mcg · Vitamina C 53,2 mg.

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO Nº06 DE 2020 DO FNDE E GUIA ALIMENTAR PARA A POPULAÇÃO BRASILEIRAS | ALUNOS DO PERÍODO INTEGRAL RECEBEM TODAS AS REFEIÇÕES | A SOBREMESA PODERÁ, DE ACORDO COM A NECESSIDADE DA UNIDADE, SER SERVIDA ENTRE O DESJEJUM E ALMOÇO OU ENTRADA E JANTAR.



*Jaqueline Carboneri Brando*  
Jaqueline Carboneri Brando  
Nutricionista CRN3 60178

*Orlando Carola Neto*  
Orlando Carola Neto  
Nutricionista CRN3 29713