



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)

## FEVEREIRO 2026



| 1ª SEMANA |   |
|-----------|---|
| SEGUNDA   | 2 |
| TERÇA     | 3 |
| QUARTA    | 4 |
| QUINTA    | 5 |
| SEXTA     | 6 |

| PERÍODO DA MANHÃ                     |                                                                                                                      |                           |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| DESJEJUM (7:00 - 7:30)               | ALMOÇO (10:00 - 11:00)                                                                                               | SOBREMESA (11:00 - 11:30) |
|                                      |                                                                                                                      |                           |
|                                      |                                                                                                                      |                           |
| SUCO<br>BISCOITO DOCE                | POLENTA<br>FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços grandes)               | MAMÃO                     |
| LEITE COM CACAU<br>PÃO COM MARGARINA | ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba)<br>CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA (ralados)<br>MANDIOCA REFOGADA COM ALECRIM | LARANJA                   |
| MAÇÃ                                 | ARROZ, FEIJÃO<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS<br>SALADA DE ALFACE                                              | PERA                      |

| PERÍODO DA TARDE                                |                                                                                                            |                           |
|-------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| ENTRADA (12:30 - 13:00)                         | JANTAR (15:30 - 16:00)                                                                                     | SOBREMESA (15:30 - 16:00) |
|                                                 |                                                                                                            |                           |
|                                                 |                                                                                                            |                           |
| LEITE COM CACAU<br>BOLO DE BANANA COM AVEIA     | ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora)<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO<br>SALADA DE ALFACE COM PEPINO | BANANA                    |
| BATIDA DE BANANA<br>COM LEITE E AVEIA EM FLOCOS | ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia)<br>PERNIL DESFIADO COM TOMATE E CENOURA<br>CHUCHU REFOGADO            | MELANCIA                  |
| MAMÃO                                           | ARROZ<br>PEIXE ENSOPADO (pimentão e cebola)<br>SELETA DE BATATA COM TOMATE E COENTRO                       | MANGA                     |

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Valor energético 537,3 kcal · Carboidratos 92,1 g · Proteínas 19,0 g · Gorduras totais 13,3 g · Cálcio 140,4 mg · Ferro 2,6 g · Vitamina A 263,9 mcg · Vitamina C 60,1 mg. |

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Valor energético 545,5 kcal · Carboidratos 93,2 g · Proteínas 19,1 g · Gorduras totais 13,4 g · Cálcio 141,6 mg · Ferro 2,7 g · Vitamina A 280,3 mcg · Vitamina C 58,9 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)

## FEVEREIRO 2026



| 2ª SEMANA |    |
|-----------|----|
| SEGUNDA   | 9  |
| TERÇA     | 10 |
| QUARTA    | 11 |
| QUINTA    | 12 |
| SEXTA     | 13 |

| PERÍODO DA MANHÃ                            |                                                                                                                  |                           |
|---------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| DESJEJUM (7:00 - 7:30)                      | ALMOÇO (10:00 - 11:00)                                                                                           | SOBREMESA (11:00 - 11:30) |
| SUCO<br>BISCOITO SALGADO                    | MACARRÃO<br>FRANGO AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato)<br>SALADA DE REPOLHO COLORIDO                             | MELANCIA                  |
| MAMÃO                                       | ARROZ, FEIJOADA (pernil desfiado, purê de abóbora)<br>VINAGRETE (tomate, pepino e cheiro verde)                  | LARANJA                   |
| MELANCIA                                    | ARROZ<br>CARNE DESFIADA (tomate, cebola e cheiro verde picados bem pequenos)<br>SELETA DE CENOURA E MANDIOQUINHA | MANGA                     |
| LEITE COM CACAU<br>BOLO DE BANANA COM AVEIA | ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora)<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE E VAGEM                                           | MELÃO                     |
| CUSCUZ COM OVO                              | ARROZ<br>PEIXE ENSOPADO (pimentão e cebola)<br>SELETA DE BATATA COM TOMATE E COENTRO                             | BANANA                    |

| PERÍODO DA TARDE                     |                                                                                                                  |                           |
|--------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| ENTRADA (12:30 - 13:00)              | JANTAR (15:30 - 16:00)                                                                                           | SOBREMESA (15:30 - 16:00) |
| LEITE COM CACAU<br>PÃO COM MARGARINA | ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora)<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE E VAGEM                                           | ABACAXI                   |
| MELÃO                                | ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba)<br>FÍGADO ACEBOLADO<br>VIRADINHO DE COUVE                                  | MAMÃO                     |
| CUSCUZ COM OVO                       | MACARRÃO<br>FRANGO AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato)<br>SALADA DE REPOLHO COLORIDO                             | MELÃO                     |
| MELANCIA                             | ARROZ<br>CARNE DESFIADA (tomate, cebola e cheiro verde picados bem pequenos)<br>SELETA DE CENOURA E MANDIOQUINHA | PERA                      |
| MAMÃO                                | ARROZ, LENTILHA (com farinha de aveia)<br>PERNIL ACEBOLADO DESFIADO<br>SALADA DE ABOBRINHA (ralada)              | MELANCIA                  |

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

Valor energético 537,3 kcal · Carboidratos 92,1 g · Proteínas 19,0 g · Gorduras totais 13,3 g · Cálcio 140,4 mg · Ferro 2,6 g · Vitamina A 263,9 mcg · Vitamina C 60,1 mg.

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

Valor energético 545,5 kcal · Carboidratos 93,2 g · Proteínas 19,1 g · Gorduras totais 13,4 g · Cálcio 141,6 mg · Ferro 2,7 g · Vitamina A 280,3 mcg · Vitamina C 58,9 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)

## FEVEREIRO 2026



| 3ª SEMANA |    | PERÍODO DA MANHÃ                           |                                                                                                                  |                           | PERÍODO DA TARDE             |                                                                                                                             |                           |
|-----------|----|--------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
|           |    | DESJEJUM (7:00 - 7:30)                     | ALMOÇO (10:00 - 11:00)                                                                                           | SOBREMESA (11:00 - 11:30) | ENTRADA (12:30 - 13:00)      | JANTAR (15:30 - 16:00)                                                                                                      | SOBREMESA (15:30 - 16:00) |
| SEGUNDA   | 16 | CARNAVAL - PONTO FACULTATIVO               |                                                                                                                  |                           | CARNAVAL - PONTO FACULTATIVO |                                                                                                                             |                           |
| TERÇA     | 17 | CARNAVAL - PONTO FACULTATIVO               |                                                                                                                  |                           | CARNAVAL - PONTO FACULTATIVO |                                                                                                                             |                           |
| QUARTA    | 18 | QUARTA-FEIRA DE CINZAS - PONTO FACULTATIVO |                                                                                                                  |                           | SUCO<br>BISCOITO SALGADO     | ARROZ, FEIJÃO<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS<br><br>SELETA DE CHUCHU COM CENOURA                                     | ABACAXI                   |
| QUINTA    | 19 | MELÃO                                      | ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora)<br><br>FRANGO CAPIRA (coxa/sobrecoxa com<br>tomate, cenoura, milho e quiabo) | MELANCIA                  | MAÇÃ                         | ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba)<br>CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA<br>(ralados)<br><br>MANDIOCA REFOGADA COM ALECRIM | MAMÃO                     |
| SEXTA     | 20 | SUCO<br>BISCOITO SALGADO                   | ARROZ, LENTILHA (com farinha de aveia)<br>PERNIL ACEBOLADO DESFIADO<br><br>SALADA DE ABOBRINHA (ralada)          | ABACAXI                   | CUSCUZ COM OVO               | POLENTA<br>FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate,<br>cenoura, extrato) COM CENOURA COZIDA (em<br>pedaços grandes)                | BANANA                    |



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

Valor energético 537,3 kcal · Carboidratos 92,1 g · Proteínas 19,0 g · Gorduras totais 13,3 g · Cálcio 140,4 mg · Ferro 2,6 g · Vitamina A 263,9 mcg · Vitamina C 60,1 mg.

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

Valor energético 545,5 kcal · Carboidratos 93,2 g · Proteínas 19,1 g · Gorduras totais 13,4 g · Cálcio 141,6 mg · Ferro 2,7 g · Vitamina A 280,3 mcg · Vitamina C 58,9 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)

## FEVEREIRO 2026



| 4ª SEMANA |    |
|-----------|----|
| SEGUNDA   | 23 |
| TERÇA     | 24 |
| QUARTA    | 25 |
| QUINTA    | 26 |
| SEXTA     | 27 |

| PERÍODO DA MANHÃ                     |                                                                                                                |                                                                     |
|--------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------|
| DESJEJUM (7:00 - 7:30)               | ALMOÇO (10:00 - 11:00)                                                                                         | SOBREMESA (11:00 - 11:30)                                           |
| SUCO<br>BISCOITO DOCE                | ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora)<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO<br><br>SALADA DE ALFACE COM PEPINO | PERA                                                                |
| SUCO DE MELANCIA<br>BISCOITO SALGADO | ARROZ<br>CARNE DESFIADA COM CENOURA E TOMATE<br><br>PURÊ DE ABÓBORA COM CHEIRO VERDE                           | MAMÃO                                                               |
| CUSCUZ COM OVO                       | ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba)<br>FÍGADO ACEBOLADO<br><br>VIRADINHO DE COUVE                            | BANANA                                                              |
| MAMÃO                                | ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia)<br>PERNIL DESFIADO COM TOMATE E CENOURA<br><br>CHUCHU REFOGADO            | SALADA DE FRUTAS<br>(banana, uva, mamão,<br>maçã e suco de laranja) |
| SUCO<br>BISCOITO SALGADO             | ARROZ<br>ESTROGONOFE DE FRANGO (molho branco,<br>extrato)<br><br>BATATA SAUTÈ                                  | BOLO DE BANANA COM<br>AVEIA, UVA PASSA E<br>CALDA DE CACAU          |

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Valor energético 537,3 kcal · Carboidratos 92,1 g · Proteínas 19,0 g · Gorduras totais 13,3 g · Cálcio 140,4 mg · Ferro 2,6 g · Vitamina A 263,9 mcg · Vitamina C 60,1 mg. |

| PERÍODO DA TARDE                                   |                                                                                                                          |                                                            |
|----------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| ENTRADA (12:30 - 13:00)                            | JANTAR (15:30 - 16:00)                                                                                                   | SOBREMESA (15:30 - 16:00)                                  |
| CUSCUZ COM OVO                                     | MACARRÃO PARISIENSE<br><br>PERNIL EM CUBOS (dourados no forno),<br>CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO E<br>CHEIRO VERDE      | LARANJA                                                    |
| BATIDA DE BANANA<br>COM LEITE E AVEIA EM<br>FLOCOS | ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora)<br><br>FRANGO CAPIRA (coxa/sobrecoxa com<br>tomate, cenoura, milho e quiabo)         | MELÃO                                                      |
| LEITE COM CACAU<br><br>PÃO COM MARGARINA           | ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia)<br>CARNE DE PANELA AO MOLHO (tomate,<br>cenoura, extrato)<br><br>ABOBRINHA REFOGADA | BANANA                                                     |
| MELANCIA                                           | ARROZ, FEIJÃO<br>OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS<br><br>SALADA DE ALFACE                                              | ABACAXI                                                    |
| SUCO<br>BISCOITO SALGADO                           | ARROZ, FEIJOADA (pernil desfiado, purê de<br>abóbora)<br><br>VINAGRETE (tomate, pepino e cheiro verde)                   | BOLO DE BANANA COM<br>AVEIA, UVA PASSA E<br>CALDA DE CACAU |

| INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Valor energético 545,5 kcal · Carboidratos 93,2 g · Proteínas 19,1 g · Gorduras totais 13,4 g · Cálcio 141,6 mg · Ferro 2,7 g · Vitamina A 280,3 mcg · Vitamina C 58,9 mg. |

OBSERVAÇÕES: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES | ELABORADO DE ACORDO COM A RESOLUÇÃO N°06 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