



FUNDAMENTAL

(Faixa etária atendida: entre 6 e 10 anos)

MAIO 2026



1ª 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)
SUCO	1	SUCO BISCOITO DOCE	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) PERNIL DESFIADO ACEBOLADO COM CHEIRO VERDE MANDIOCA COZIDA	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, mamão, goiaba e suco de laranja)	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) QUIBE DE FORNO RECHEADO COM CREME DE LEGUMES (purê de abóbora e cenoura) SALADA DE REPOLHO BRANCO	LARANJA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ
Valor energético 587,1 kcal · Carboidratos 93,3 g · Proteínas 20,4 g · Gorduras totais 14,5 g · Cálcio 148,0 mg · Ferro 3,1 g · Vitamina A 223,9 mcg · Vitamina C 91,1 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE
Valor energético 592,0 kcal · Carboidratos 94,1 g · Proteínas 19,9 g · Gorduras totais 15,5 g · Cálcio 140,8 mg · Ferro 3,2 g · Vitamina A 250,1 mcg · Vitamina C 77,7 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 O Brando
Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713



FUNDAMENTAL

(Faixa etária atendida: entre 6 e 10 anos)

MAIO 2026



2ª 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	4	CUSCUZ COM OVO	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) SALADA DE ACELGA COM TOMATE	LARANJA	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) PERNIL DESFIADO ACEBOLADO COM CHEIRO VERDE MANDIOCA COZIDA	MELÃO
TERÇA	5	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ PEIXE ASSADO COM TOMATE E CENOURA BATATA GRATINADA (com molho branco)	BANANA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) OVOS MEXIDOS COM CHUCHU E CENOURA COUVE REFOGADA	MAÇÃ
QUARTA	6	BANANA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) BRÓCOLIS COM COUVE FLOR	MAMÃO	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ LASANHA À BOLONHESA (carne moída berinjela, tomate, purê de abóbora, extrato, molho branco) SALADA DE ACELGA	BANANA
QUINTA	7	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE SELETA DE CHUCHU COM MANDIOQUINHA	ABACAXI	BOLO DE BANANA COM AVEIA	ARROZ FRANGO AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato) COM CHEIRO VERDE FAROFA DE ABOBRINHA, CENOURA E ALHO	MELANCIA
SEXTA	8	SUCO BISCOITO DOCE	ARROZ, FEIJOADA (pernil desfiado, purê de abóbora) VIRADINHO DE COUVE	MELÃO	SUCO BISCOITO DOCE	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) OVOS MEXIDOS COM ESPINAFRE SALADA DE ALFACE COM PEPINO	MAMÃO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 587,1 kcal - Carboidratos 93,3 g - Proteínas 20,4 g - Gorduras totais 14,5 g - Cálcio 148,0 mg - Ferro 3,1 g - Vitamina A 223,9 mcg - Vitamina C 91,1 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 592,0 kcal - Carboidratos 94,1 g - Proteínas 19,9 g - Gorduras totais 15,5 g - Cálcio 140,8 mg - Ferro 3,2 g - Vitamina A 250,1 mcg - Vitamina C 77,7 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 O Brando
Jaqueline Carboneri Brando
Nutricionista CRN3 60178

Orlando Carola Neto
Orlando Carola Neto
Nutricionista CRN3 29713



FUNDAMENTAL

(Faixa etária atendida: entre 6 e 10 anos)

MAIO 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	11	FLOCOS DE MILHO COM LEITE	ARROZ FRICASSE DE FRANGO BATATA SAUTÈ COM CHEIRO VERDE	MAÇÃ	BATIDA DE BANANA COM LEITE E AVEIA EM FLOCOS	MACARRÃO PICADINHO DE CARNE (cubos pequenos com tomate, purê de abóbora, extrato) SELETA DE BRÓCOLIS COM CENOURA	ABACAXI
TERÇA	12	BANANA	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) OVOS MEXIDOS COM VAGEM PURÊ DE ABÓBORA COM TOMILHO	TANGERINA (AGRICULTURA FAMILIAR)	SUCO BISCOITO SALGADO	ARROZ ISCAS DE FRANGO ASSADAS COM MOLHO DE ERVAS (molho branco com cheiro verde, tomilho e orégano) VIRADINHO DE ABOBRINHA	MAMÃO
QUARTA	13	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ, LENTILHA (com purê de abóbora) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO SALADA DE REPOLHO COLORIDO	ABACAXI	CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) FÍGADO ACEBOLADO SELETA DE BRÓCOLIS COM CENOURA	TANGERINA (AGRICULTURA FAMILIAR)
QUINTA	14	MELANCIA	ARROZ CARNE EM CUBOS (tomate, cenoura e cheiro verde picados bem pequenos) MANDIOCA COZIDA NA MANTEIGA	LARANJA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE SELETA DE CHUCHU COM MANDIOQUINHA	BANANA
SEXTA	15	CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) PERNIL DESFIADO COM PIMENTÃO E CEBOLA SALADA DE PEPINO COM TOMATE	MELÃO	TORTA PIZZA (TOMATE, QUEIJO E ORÉGANO)	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) BRÓCOLIS COM COUVE FLOR	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, mamão, goiaba e suco de laranja)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 587,1 kcal · Carboidratos 93,3 g · Proteínas 20,4 g · Gorduras totais 14,5 g · Cálcio 148,0 mg · Ferro 3,1 g · Vitamina A 223,9 mcg · Vitamina C 91,1 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 592,0 kcal · Carboidratos 94,1 g · Proteínas 19,9 g · Gorduras totais 15,5 g · Cálcio 140,8 mg · Ferro 3,2 g · Vitamina A 250,1 mcg · Vitamina C 77,7 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



FUNDAMENTAL

(Faixa etária atendida: entre 6 e 10 anos)

MAIO 2026



4ª 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	18	MAÇÃ	ARROZ FRANGO AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato) COM CHEIRO VERDE FAROFA DE ABOBRINHA, CENOURA E ALHO	ABACAXI	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) PERNIL DESFIADO COM PIMENTÃO E CEBOLA SALADA DE PEPINO COM TOMATE	MAÇÃ
TERÇA	19	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) QUIBE DE FORNO RECHEADO COM CREME DE LEGUMES (purê de abóbora e cenoura) SALADA DE REPOLHO BRANCO	MAMÃO	BANANA	ARROZ CARNE EM CUBOS (tomate, cenoura e cheiro verde picados bem pequenos) MANDIOCA COZIDA NA MANTEIGA	TANGERINA (AGRICULTURA FAMILIAR)
QUARTA	20	TORTA PIZZA (TOMATE, QUEIJO E ORÉGANO)	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) FÍGADO ACEBOLADO SELETA DE BRÓCOLIS COM CENOURA	TANGERINA (AGRICULTURA FAMILIAR)	MAMÃO	ARROZ FRICASSE DE FRANGO BATATA SAUTÊ COM CHEIRO VERDE	LARANJA
QUINTA	21	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) PERNIL EM CUBOS COM CENOURA E CHEIRO VERDE SALADA DE ALFACE COM TOMATE	MAÇÃ	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ PEIXE ASSADO COM TOMATE E CENOURA BATATA GRATINADA (com molho branco)	ABACAXI
SEXTA	22	SUCO BISCOITO SALGADO	POLENTA CARNE MOÍDA AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços grandes)	BANANA	CUSCUZ COM OVO	ARROZ PERNIL DESFIADO AO MOLHO (tomate, purê de abóbora, extrato) BETERRABA COZIDA	MAMÃO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 587,1 kcal - Carboidratos 93,3 g - Proteínas 20,4 g - Gorduras totais 14,5 g - Cálcio 148,0 mg - Ferro 3,1 g - Vitamina A 223,9 mcg - Vitamina C 91,1 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 592,0 kcal - Carboidratos 94,1 g - Proteínas 19,9 g - Gorduras totais 15,5 g - Cálcio 140,8 mg - Ferro 3,2 g - Vitamina A 250,1 mcg - Vitamina C 77,7 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



FUNDAMENTAL

(Faixa etária atendida: entre 6 e 10 anos)

MAIO 2026



5ª 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	25	BATIDA DE BANANA COM LEITE E AVEIA EM FLOCOS	ARROZ LASANHA À BOLONHESA (carne moída berinjela, tomate, purê de abóbora, extrato, molho branco) SALADA DE ACELGA	MELÃO	FLOCOS DE MILHO COM LEITE	ARROZ, LENTILHA (com purê de abóbora) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO SALADA DE REPOLHO COLORIDO	ABACAXI
TERÇA	26	SUCO BISCOITO DOCE	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) OVOS MEXIDOS COM ESPINAFRE SALADA DE ALFACE COM PEPINO	TANGERINA (AGRICULTURA FAMILIAR)	CUSCUZ COM OVO	MACARRÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) SALADA DE ACELGA COM TOMATE	BANANA
QUARTA	27	CUSCUZ COM OVO	ARROZ PERNIL DESFIADO AO MOLHO (tomate, purê de abóbora, extrato) BETERRABA COZIDA	LARANJA	SUCO BISCOITO DOCE	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) OVOS MEXIDOS COM VAGEM PURÊ DE ABÓBORA COM TOMILHO	TANGERINA (AGRICULTURA FAMILIAR)
QUINTA	28	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ ISCAS DE FRANGO ASSADAS COM MOLHO DE ERVAS (molho branco com cheiro verde, tomilho e orégano) VIRADINHO DE ABOBRINHA	MAMÃO	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) PERNIL EM CUBOS COM CENOURA E CHEIRO VERDE SALADA DE ALFACE COM TOMATE	LARANJA
SEXTA	29	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) OVOS MEXIDOS COM CHUCHU E CENOURA COUVE REFOGADA	BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU	BANANA	POLENTA CARNE MOÍDA AO MOLHO (tomate, abóbora, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços grandes)	BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CACAU

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL MANHÃ

Valor energético 587,1 kcal · Carboidratos 93,3 g · Proteínas 20,4 g · Gorduras totais 14,5 g · Cálcio 148,0 mg · Ferro 3,1 g · Vitamina A 223,9 mcg · Vitamina C 91,1 mg.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA DIÁRIA DO PERÍODO PARCIAL TARDE

Valor energético 592,0 kcal · Carboidratos 94,1 g · Proteínas 19,9 g · Gorduras totais 15,5 g · Cálcio 140,8 mg · Ferro 3,2 g · Vitamina A 250,1 mcg · Vitamina C 77,7 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