



# FUNDAMENTAL

(Faixa etária atendida: entre 6 e 10 anos)

## JUNHO

### 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)
SEGUNDA	1	SUCO BISCOITO SALGADO	POLENTA FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços grandes)	MELÃO	SUCO BISCOITO SALGADO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO SALADA DE ALFACE COM PEPINO	MELANCIA
TERÇA	2	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE DESFIADA, CENOURA, BATATA E MANDIOQUINHA	MAÇÃ	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ ESTROGONOFE DE PERNIL CHUCHU REFOGADO	LARANJA
QUARTA	3	MELANCIA	ARROZ, FEIJOADA (pernil desfiado, purê de abóbora) VINAGRETE (tomate, pepino e cheiro verde)	BANANA	MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM BROCOLIS SALADA DE PEPINO COM TOMATE	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

*Orjando Carola Neto*  
Orjando Carola Neto  
Nutricionista CRN3 29713



# FUNDAMENTAL

(Faixa etária atendida: entre 6 e 10 anos)

## JUNHO 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	8	SUCO DE MELANCIA CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO SALADA DE ALFACE COM PEPINO	MELÃO	SUCO DE MELANCIA CUSCUZ COM OVO	ARROZ ISACAS DE FRANGO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) BATATA SAUTÈ	MELÃO
TERÇA	9	BANANA	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) FÍGADO ACEBOLADO VIRADINHO DE COUVE	TANGERINA	MAÇA	ARROZ CARNE MOÍDA (com berinjela) AO MOLHO (tomate, extrato, cenoura) CHUCHU REFOGADO	LARANJA
QUARTA	10	SUCO BISCOITO DOCE	ARROZ ESTROGONOFE DE PERNIL BATATA SAUTÈ	MELÃO	SUCO BISCOITO DOCE	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS	TANGERINA
QUINTA	11	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ ESCONDIDINHO DE FRANGO (frango desfiado com creme de milho sob purê de batatas) SALADA DE ALFACE	LARANJA	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE DESFIADA, CENOURA, BATATA E MANDIOQUINHA	MAÇA
SEXTA	12	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) CARNE DE PANELA AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) ABOBRINHA REFOGADA	BANANA	MAMÃO	ARROZ, LENTILHA (com farinha de aveia) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO CHUCHU REFOGADO	ABACAXI

### 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)

## JUNHO

### 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	15	SUCO CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA (ralados) MANDIOCA REFOGADA COM ALECRIM	MELANCIA	SUCO CUSCUZ COM OVO	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) FÍGADO ACEBOLADO VIRADINHO DE COUVE	ABACAXI
TERÇA	16	LEITE COM CACAU PÃO COM REQUEIJÃO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SELETA DE CHUCHU COM CENOURA	BANANA	LEITE COM CACAU PÃO COM REQUEIJÃO	ARROZ ESCONDIDINHO DE FRANGO (frango desfiado com creme de milho sob purê de batatas) SALADA DE ALFACE	MAÇÃ
QUARTA	17	MELANCIA	ARROZ LASANHA À BOLONHESA (carne moída berinjela, tomate, purê de abóbora, extrato, molho branco) SALADA DE ACELGA (bem picadinha)	TANGERINA	MAMÃO	MACARRÃO PARISIENSE PERNIL EM CUBOS (dourados no forno), CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO E CHEIRO VERDE	MELANCIA
QUINTA	18	SUCO BISCOITO SALGADO	ARROZ, LENTILHA (com farinha de aveia) PERNIL ACEBOLADO DESFIADO SALADA DE ABOBRINHA (ralada)	MAMÃO	SUCO BISCOITO SALGADO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE	TANGERINA
SEXTA	19	BANANA	ARROZ PEIXE ENSOPADO (pimentão e cebola) SELETA DE BATATA COM TOMATE E COENTRO	LARANJA	BANANA	ARROZ, FEIJOADA (pernil desfiado, purê de abóbora) VINAGRETE (tomate, pepino e cheiro verde)	MELÃO

#### 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)

## JUNHO

### 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	22	BATIDA DE BANANA COM LEITE E AVEIA EM FLOCOS	MACARRÃO PARISIENSE PERNIL EM CUBOS (dourados no forno), CENOURA EM CUBOS, MOLHO BRANCO E CHEIRO VERDE	MAMÃO	BATIDA DE BANANA COM LEITE E AVEIA EM FLOCOS	ARROZ, FEIJÃO (com purê de beterraba) CARNE MOÍDA COM TOMATE E CENOURA (ralados)  MANDIOCA REFOGADA COM ALECRIM	MELÃO
TERÇA	23	SUCO BISCOITO DOCE	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E BRÓCOLIS  SALADA DE ALFACE	SALADA DE FRUTAS (banana, uva, mamão, maçã e suco de laranja)	SUCO BISCOITO DOCE	POLENTA FRANGO DESFIADO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato) COM CENOURA COZIDA (em pedaços grandes)	ABACAXI
QUARTA	24	MAMÃO	ARROZ CARNE MOÍDA (com berinjela ) AO MOLHO (tomate, extrato, cenoura)  CHUCHU REFOGADO	TANGERINA	MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO  PURÊ DE ABÓBORA	MAÇA
QUINTA	25	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) ISACAS DE FRANGO AO MOLHO (tomate, cenoura, extrato)  BATATA SAUTÈ	BANANA	LEITE COM CACAU PÃO COM MARGARINA	ARROZ LASANHA À BOLONHESA (carne moída berinjela, tomate, purê de abóbora, extrato, molho branco) SALADA DE ACELGA (bem picadinha)	LARANJA
SEXTA	26	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO (com purê de abóbora) PERNIL DESFIADO ACEBOLADO COM CHEIRO VERDE  MANDIOCA COZIDA	MELANCIA	MELÃO	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) QUIBE DE FORNO RECHEADO COM CREME DE LEGUMES (purê de abóbora e cenoura)  SALADA DE REPOLHO BRANCO	TANGERINA

#### 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)

## JUNHO

### 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	29	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO (com farinha de aveia) CARNE MOIDA COM PURÊ DE ABÓBORA  SALADA DE REPOLHO BRANCO	ABACAXI	MELANCIA	ARROZ PERNIL DESFIADO ACEBOLADO COM CHEIRO VERDE  MANDIOCA COZIDA	LARANJA
TERÇA	30	SUCO BISCOITO SALGADO	ARROZ, FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM TOMATE E MANJERICÃO  PURÊ DE ABÓBORA	BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CHOCOLATE	SUCO BISCOITO SALGADO	ARROZ PEIXE ENSOPADO (pimentão e cebola)  SELETA DE BATATA COM TOMATE E COENTRO	BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CHOCOLATE

**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