



CARDÁPIO ESCOLAS INTEGRAIS - CARDÁPIO ABRIL/2026



Horário	SEGUNDA 6/4/2026	TERÇA 7/4/2026	QUARTA 8/4/2026	QUINTA 9/4/2026	SEXTA 10/4/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H			Suco integral de uva + Pão de leite com carne moída, alicafe, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura + pipoca			KCAL	651	KCAL	695
Almoço 10:30H/1:00H			Macarrão parafuso + frango desfiado ao molho + salada de repolho com tomate + melão	NECESSO	FERRADO	CHO	135	CHO	86
			Suco integral de uva + Pão de leite com carne moída, alicafe, cenoura ralada + bolo de chocolate sem cobertura + pipoca			PTN	27	PTN	15
Lanche 13:30H/14:00H			Sopa de FEIJOÃO (batata, mandiquinha, carne, cenoura) + couve + laranja			LIP	21	LIP	10
Jantar 15:30H/16:00H									
	SEGUNDA 6/4/2026	TERÇA 7/4/2026	QUARTA 8/4/2026	QUINTA 9/4/2026	SEXTA 10/4/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Chá com leite + pão de milho + manteiga	logurte de morango + biscoito doce integral + banana	Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alicafe	Café com leite + pão de queijo	Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura	KCAL	906	KCAL	701
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandioca + salada de alicafe + ponkan	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado, salada de acelga + melão	Arroz, Feijão preto, Ovos mexidos + abobora refogada + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de brócolis + caqui	Arroz colorido, Feijão preto, Almondégas bovina ao suco, salada de repolho + abacaxi	CHO	136	CHO	102
Lanche 13:30H/14:00H	Suco de maracujá + pão integral com requeijão	Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura	Café com leite + pão de queijo	Suco integral de uva, sanduíche de pão fatiado + queijo + tomate + alicafe	logurte de morango + biscoito doce integral + banana	PTN	29	PTN	20
Jantar 15:30H/16:00H	Macarrão com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e cenoura) + melão	Purê de batatas + Carne moída ao molho + salada de repolho com tomate + ponkan	Arroz, FEIJOÃO PRETO, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + salada de alicafe + caqui	Polenta + Carne moída ao molho + salada de acelga + maçã	Sopa de frango + mandioca + abobrinha + beterraba	LIP	20	LIP	17
	SEGUNDA 13/4/2026	TERÇA 14/4/2026	QUARTA 15/4/2026	QUINTA 16/4/2026	SEXTA 17/4/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Leite com banana + biscoito de polvilho	Suco de abacaxi natural + pão de leite com ovo + melancia	Leite com cacau (70%) + pão fatiado com manteiga	Suco de maracujá + bolo de fubá + ponkan	Café com leite + pão de cenoura + queijo/margarina	KCAL	862	KCAL	765
Almoço 10:30H/1:00H	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) ao molho, salada de alicafe + banana	Arroz, Feijoadá com cubos de carne bovina, farofa de cenoura + laranja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alicafe	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho + salada de acelga + maçã	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca assada + purê de batata + melão	CHO	139	CHO	115
Lanche 13:30H/14:00H	Café com leite + pão de cenoura + queijo/margarina	Leite com cacau (70%) + pão fatiado com manteiga	Suco de maracujá + bolo de fubá + ponkan	Suco de abacaxi natural + pão de leite com ovo + melancia	Leite com banana + biscoito de polvilho	PTN	27	PTN	23
Jantar 15:30H/16:00H	Macarrão com carne moída + Legumes refogados (brócolis e cenoura) + laranja	Arroz com cenoura + Frango ao molho + abobora refogada + melão	Polenta com almondegas ao molho + salada de beterraba + banana	Purê de batatas + Frango ao molho + salada de alicafe	Arroz arreiteiro (cenoura, batata, carne seca, ervilha) + FEIJOÃO CARIOCA + salada de tomate + maçã	LIP	19	LIP	17

Observações:

ALUNO

ESCOLAS INTEGRAIS

Partida dos Santos Alves Garcia

PM

Ligia Marcia Toledo Faria Visente

Camille Consuelina de Carvalho

Elaine Costa Cruz Reis

Lea de Oliveira Mota

Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO N°1781

Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO N°2121

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Dia	Horário	Descrição	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE											
			KCAL	Kcal	KCAL	Kcal										
SEGUNDA 20/4/2026	Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão integral com requeijão	841	9	796	9										
							TERÇA 21/4/2026	QUARTA 22/4/2026	QUINTA 23/4/2026	SEXTA 24/4/2026						
Almooço 10:30H/11:00H	RECESSO	FERRADO	Suco de pêssego integral + bauru de forno + maça e banana	Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz Integral, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + maça	Macarrão com molho de carne moída, salada de repolho com tomate + melancia					Suco de maracujá + Pão de leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	121	9	CHO	119	9
							Lanche 13:30H/14:00H	Suco de pêssego integral + bauru de forno + melão	Polenta + Frango ao molho + salada de acelga + maça	Risoto de carne (batata, cenoura, carne moída, ervilha) + FEIJOÃO CARIOCA + salada de repolho com tomate + melancia						
Jantar 15:30H/16:00H	SEGUNDA 27/4/2026	TERÇA 28/4/2026	QUARTA 29/4/2026	QUINTA 30/4/2026	Suco de maracujá + pão integral com requeijão	Café com leite + bolo de laranja					Vitamina de abacate e banana + biscoito doce integral	Arroz, Feijão preto, Frango ao molho + batata e brócolis + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho + pirão de carne + salada de beterraba + caqui	Suco de morango + pão com patê de frango com requeijão + manjão	Suco de maracujá + Pão de leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	15
							Desjejum 7:30H/8:00H	Suco de maracujá + pão integral com requeijão	Café com leite + bolo de laranja	Vitamina de abacate e banana + biscoito doce integral						
Almooço 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + melão	Chá com leite + pão de milho + manteiga	Suco de morango + Frango ao molho + batata e brócolis + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho + pirão de carne + salada de beterraba + caqui	Macarrão com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e cenoura) + caqui	Polenta com amêndoas ao molho + salada de beterraba					Café com leite + bolo de laranja	Arroz com cenoura + FEIJOÃO PRETO + Frango ao molho + abobora refogada + melão	Suco de maracujá + Pão de leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	115	9	CHO
							Lanche 13:30H/14:00H	Vitamina de abacate e banana + biscoito doce integral	Chá com leite + pão de milho + manteiga	Suco de morango + pão com patê de frango com requeijão + manjão						
Jantar 15:30H/16:00H	Arroz com brócolis + Carne moída ao molho + abobrinha refogada + melancia	Chá com leite + pão de milho + manteiga	Suco de morango + pão com patê de frango com requeijão + manjão	Café com leite + bolo de laranja	Macarrão com frango ao molho + legumes refogados (brócolis e cenoura) + caqui	Polenta com amêndoas ao molho + salada de beterraba					Café com leite + bolo de laranja	Arroz com cenoura + FEIJOÃO PRETO + Frango ao molho + abobora refogada + melão	Suco de maracujá + Pão de leite com ovo mexido, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	14	9	LIP

Observações:

ALUNO

ESCOLAS INTEGRAIS
 Patrcia dos Santos Alves Garcia
 Mãe Funcional nº 7891 CRN 8º REGIÃO N°7781
 Lígia Marcia Toledo Faria Vicente
 Mãe Funcional nº 1146 CRN 8º REGIÃO N°2321
 Camile Constantino de Carvalho
 Mãe Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO N°1102

Assinatura: *[assinatura]*
 Assinatura: *[assinatura]*
 Assinatura: *[assinatura]*

Assinatura: *[assinatura]*
 Assinatura: *[assinatura]*