



ESCOLAS PARCIAL + INTEGRAL – CARDÁPIO SETEMBRO/2026 (ARMINDA/ALVINA/ANTÔNIO FONTES)



		TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
		1/9/2026	2/9/2026	3/9/2026	4/9/2026	KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H		Café com leite + pão de cenoura + queijol/margarina	Iogurte de morango + salada de frutas (banana, manga, morango) com aveia	Suco de péssago + pão fritoado com patê de frango com requeijão + mamão	Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura	KCAL	851	KCAL	851
Almôço 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batata + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandiocca + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melão	CHO	135	CHO	135
Lanche 13:30H/14:00H		Leite com morango + Bolo cenoura sem cobertura	Suco de péssago + pão fritoado com patê de frango com requeijão + mamão	Iogurte de morango + salada de frutas (banana, manga, morango) com aveia	Café com leite + pão de cenoura + queijol/margarina	PTN	27	PTN	27
MERENDA TARDE/LANTAR 15:30 HORAS		Arroz, Feijão preto, Barreado, farofa de banana da terra + salada tomate e cebola + laranja	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batata + maçã	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho com mandiocca + salada de alface + melancia	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (cenoura, batata e brócolis) + melão	LIP	21	LIP	21
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	7/9/2026	8/9/2026	9/9/2026	10/9/2026	11/9/2026				
Desjejum 7:30H/8:00H		Leite com cacau (70%) + biscoito doce/salgado integral + maçã	Café com leite + pão de queijo	Leite com banana + biscoito de polvilho + melão	Suco integral uva, sanduíche de pão fritoado + queijo + tomate + alface	KCAL	906	KCAL	906
Almôço 10:30H/11:00H		Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + porokan	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de mel de leite, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de brócolis + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de beterraba + manga	CHO	136	CHO	136
Lanche 13:30H/14:00H		Suco integral uva, sanduíche de pão fritoado + queijo + tomate + alface	Leite com banana + biscoito de polvilho + melão	Café com leite + pão de queijo	Leite com cacau (70%) + biscoito doce/salgado integral + maçã	PTN	29	PTN	29
MERENDA TARDE/LANTAR 15:30 HORAS		Arroz, Feijão carioca, Ovos mexidos, Abóbora refogada + porokan	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pão de mel de leite, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura), salada de brócolis + melancia	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de beterraba + manga	LIP	20	LIP	20
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	14/9/2026	15/9/2026	16/9/2026	17/9/2026	18/9/2026				
Desjejum 7:30H/8:00H		Suco de maracujá + pão fritoado integral com requeijão + banana	Café com leite + bolo de laranja	Suco integral uva, sanduíche de pão fritoado + queijo + tomate + alface	Vitamina de frutas (banana e morango) + biscoito doce integral	KCAL	862	KCAL	863
Almôço 10:30H/11:00H		Arroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batata + laranja	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, grelhado, salada de abóbora + mamão	CHO	139	CHO	140
Lanche 13:30H/14:00H		Vitamina de frutas (banana e morango) + biscoito doce integral	Suco de abacaxi natural + pão com ovo + melão	Sagu + maçã	Suco de maracujá + pão fritoado integral com requeijão + banana	PTN	27	PTN	27
MERENDA TARDE/LANTAR 15:30 HORAS		Arroz + Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho), salada de tomate + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batata + laranja	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batatas + salada de brócolis	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batata + laranja	LIP	19	LIP	19
Observações:									
ESCOLA PARCIAL + INTEGRAL									
ALUNO									

Partida dos Santos Alves Garcia
Mat. Funcional nº 7804 CEN 8º REGIÃO N° 784

Ligia Matéria Toledo Faria Viscione
Mat. Funcional nº 11146 CEN 8º REGIÃO N° 7321

Camilie Consommio de Carvalho
Mat. Funcional nº 7804 CEN 8º REGIÃO N° 7102

Idelaine Torres Costa Breda
Cronograma Operacional
Viviane Lima Amanteiras Luz
Autoregulação Conselho Operacional
CEN 8 19/246



ESCOLAS PARCIAL + INTEGRAL – CARDÁPIO SETEMBRO/2026 (ARMINDA/ALVINA/ANTÔNIO FONTES)



	SEGUNDA 21/9/2026	TERÇA 22/9/2026	QUARTA 23/9/2026	QUINTA 24/9/2026	SEXTA 25/9/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
						KCAL	Kcal	KCAL	Kcal
Desjejum 7:30H/8:00H	Ingurte de morango + biscoito doce integral + banana	Suco de acerola + bolo de fubá + maçã	Café com leite + biscoito doce/salgado integral + melão	Leite com cacau (70%) + pão faliado com requeijo	Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	841	8cal	841	8cal
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata salsa + chuchu + cenoura) + ponkan	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brocolis + melancia	Macarrão com molho de carne moída + salada de acelga com tomate + manga	CHO	121	CHO	121
Lanche 13:30H/14:00H	Leite com cacau (70%) + pão faliado com requeijo	Café com leite + biscoito doce/salgado integral + melão	Suco de acerola + bolo de fubá + maçã	Ingurte de morango + biscoito doce integral + banana	Suco de maracujá + Pão de leite com frango desfiado ao molho, alface, cenoura ralada + bolo de cenoura sem cobertura	PTN	23	PTN	23
MERENDA TARDE/LANTAR 15:30 HORAS	Arroz, Feijão preto, Carne ao molho, pirão de carne + salada de beterraba + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, jardineira de legumes (batata salsa + chuchu + cenoura) + ponkan	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoca ao molho com cenoura, salada de brocolis + melancia	Macarrão com molho de carne moída + salada de acelga com tomate + manga	LIP	15	LIP	15
	SEGUNDA 28/9/2026	TERÇA 29/9/2026	QUARTA 30/9/2026			MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL MANHÃ		MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Desjejum 7:30H/8:00H	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral	Café com leite + pão de milho + manteiga	Suco de manga + Bauri de forno + banana			KCAL	703	KCAL	701
Almoco 10:30H/11:00H	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + ponkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abobora e chuchu) + salada de alface + melão	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + maçã			CHO	115	CHO	114
Lanche 13:30H/14:00H	Café com leite + pão de milho + manteiga	Suco de manga + Bauri de forno + banana	Vitamina de frutas (banana e abacate) + biscoito doce integral			PTN	27	PTN	27
MERENDA TARDE/LANTAR 15:30 HORAS	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (abobrinha e cenoura) + ponkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho com legumes (abobora e chuchu) + salada de alface + melão	Macarrão parafuso + Frango ao molho desfiado + salada de beterraba + maçã			LIP	14	LIP	14
Observações:									
ESCOLA PARCIAL + INTEGRAL						ALUNO			

Patricia dos Santos Alves Garcia
Mat. Funcional nº 7891 CBN 8º REGIÃO N° 781

Ligia March Toledo Faria Vicenzi
Mat. Funcional nº 1116 CBN 8º REGIÃO N° 732

Cimile Conquistino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 CBN 8º REGIÃO N° 7102

Salvador Carlos Costa Saldaña
Coordenador de Nutrição
Núcleo de Monitoramento e Avaliação
CPMI A 19740

Vilena Lima Antunes Lúcia
Núcleo de Monitoramento e Avaliação
CPMI A 19740