



MARÇO 2026

PROJETO OFICINA DA INFÂNCIA EM EMEI

1ª Semana	2ª FEIRA 2/mar	3ª FEIRA 3/mar	4ª FEIRA 4/mar	5ª FEIRA 5/mar	6ª FEIRA 6/mar
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE FORMA COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE CENOURA COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, BISCOITO CREAM CRACKER COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM MANTEIGA
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, ALMÔNDEGAS AO MOLHO COM CHUCHU, SALADA DE REPOLHO, MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BATATA, SALADA DE PEPINO, SUCO DE UVA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM MANDIOQUINHA, SALADA DE ACELGA, MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, CAÇÃO COM BATATAS, SALADA DE ALFACE, SUCO DE CAJÚ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM CENOURA, SALADA DE TOMATE, MAÇÃ
Merenda Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, COUVE, TOMATE E CENOURA), SALADA DE BETERRABA, LARANJA	ARROZ, FRANGO AO MOLHO COM CENOURA, SALADA DE ACELGA E MAÇÃ	MACARRÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM ABOBRINHA, SALADA DE REPOLHO E ABACAXI	PÃO COM FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA E BANANA	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM CHUCHU, SALADA DE ALFACE E MAMÃO
Semanal)*	Energia (Kcal)		Carboidratos (g/%)		Lipídios (g/%)
Desjejum	308,90		37,1 – 48%		13,3 – 39%
Almoço	439,50		50,2 – 46%		18,0 – 37%
Merenda	391,80		53,4 – 54%		13,7 – 31%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



MARÇO 2026

PROJETO OFICINA DA INFÂNCIA EM EMEI

2ª Semana	2ª FEIRA 9/mar	3ª FEIRA 10/mar	4ª FEIRA 11/mar	5ª FEIRA 12/mar	6ª FEIRA 13/mar
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE FORMA INTEGRAL COM QUEIJO MUSSARELA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE BATATA COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, BISCOITO CREAM CRACKER COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM MANTEIGA
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, COUVE, TOMATE E CENOURA), SALADA DE ACELGA, MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM ESPINAFRE, SALADA DE BETERRABA, SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL ACEBOLADO COM PIMENTÃO, SALADA DE PEPINO, LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BRÓCOLIS, SALADA DE RÚCULA, SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM ABOBRINHA, SALADA DE REPOLHO, MELÃO
Merenda Horário:	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM VAGEM, SALADA DE PEPINO, MAÇÃ	ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO, BATATA PALHA, SALADA DE REPOLHO E MELÃO	MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE MOÍDA E ESPINAFRE, SALADA DE ACELGA, MELANCIA	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM BATATA DOCE, SALADA DE TOMATE E BANANA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM PIMENTÃO, SALADA DE COUVE, LARANJA
Semanal)*	Energia (Kcal)		Carboidratos (g/%)		Lipídios (g/%)
Desjejum	320,50		38,9 – 48%		12,9 – 36%
Almoço	386,40		41,6 – 43%		17,9 – 42%
Merenda	391,20		55,4 – 54%		13,7 – 30%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



MARÇO 2026

PROJETO OFICINA DA INFÂNCIA EM EMEI

3ª Semana	2ª FEIRA 16/mar	3ª FEIRA 17/mar	4ª FEIRA 18/mar	5ª FEIRA 19/mar	6ª FEIRA 20/mar
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE FORMA INTEGRAL COM QUEIJO MUSSARELA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM REQUEijão	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE BATATA COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, BISCOITO CREAM CRACKER COM REQUEijão	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE CENOURA COM MANTEIGA
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM ABOBRINHA, SALADA DE TOMATE E ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM VAGEM, SALADA DE REPOLHO, SUCO DE UVA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM CHUCHU, SALADA DE ACELGA E SUCO DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS AO MOLHO COM COUVE FLOR, SALADA DE BETERRABA, MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM CENOURA, SALADA DE COUVE, MAÇÃ
Merenda Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, ESCAROLA, TOMATE E CENOURA), SALADA DE ACELGA, MELANCIA	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM ABÓBORA, SALADA DE PEPINO, ABACAXI	MACARRÃO, FRANGO AO MOLHO COM BRÓCOLIS, SALADA DE ALFACE, MELÃO	PÃO COM CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA, SUCO DE ACEROLA, BANANA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM MANDIOQUINHA, SALADA DE TOMATE, MAMÃO
Semanal)*	Energia (Kcal)		Carboidratos (g/%)		Lipídios (g/%)
Desjejum	323,10		38,5 – 48%		13,6 – 38%
Almoço	438,60		48,8 – 44%		18,3 – 38%
Merenda	407,30		60,6 – 40%		33,1 – 49%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



MARÇO 2026

PROJETO OFICINA DA INFÂNCIA EM EMEI

4ª Semana	2ª FEIRA 23/mar	3ª FEIRA 24/mar	4ª FEIRA 25/mar	5ª FEIRA 26/mar	6ª FEIRA 27/mar
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM REQUEijão	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE BATATA COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE CENOURA COM QUEIJO MUSSARELA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, BISCOITO CREAM CRACKER COM REQUEijão
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, VAGEM, TOMATE E CENOURA), SALADA DE PEPINO, SUCO DE UVA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM MOÍDA COM BERINJELA, SALADA DE REPOLHO, MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM MANDIOQUINHA, SALADA DE TOMATE, CAQUI	ARROZ, FEIJÃO, ALMÔNDEGAS AO MOLHO COM CENOURA, SALADA DE ACELGA E LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM ABÓBORA, SALADA DE ALFACE, SUCO DE CAJÚ
Merenda Horário:	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA E TOMATE, SALADA DE PEPINO, MAÇÃ	ARROZ, FRANGO COM ABOBRINHA, SALADA DE BETERRABA, LARANJA	MACARRÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM COUVE, SALADA DE REPOLHO, ABACAXI	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM BERINJELA, SALADA DE ALFACE, CAQUI	ARROZ, FEIJÃO, CAÇÃO COM BATATA, SALADA DE ACELGA, BANANA
Semanal)*	Energia (Kcal)		Carboidratos (g/%)		Lipídios (g/%)
Desjejum	332,00		39,7 – 48%		13,8 – 37%
Almoço	404,40		48,0 – 47%		17,7 – 39%
Merenda	382,90		52,4 – 55%		13,2 – 31%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



MARÇO 2026

PROJETO OFICINA DA INFÂNCIA EM EMEI

4ª Semana	2ª FEIRA 30/mar	3ª FEIRA 31/mar	4ª FEIRA 1/abr	5ª FEIRA 2/abr	6ª FEIRA 3/abr
Desjejum Horário:	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE HOT DOG COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE BATATA COM MANTEIGA	LEITE COM CHOCOLATE EM PÓ 32%, PÃO DE CENOURA COM QUEIJO MUSSARELA		
Almoço Horário:	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM TOMATE E CENOURA, SALADA DE PEPINO E ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM MOÍDA COM CHUCHU, SALADA DE BETERRABA, MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM BRÓCOLIS, SALADA DE TOMATE, SUCO DE ACEROLA	P.F	FERIADO
Merenda Horário:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, ABOBRINHA, TOMATE E CENOURA), SALADA DE ACELGA, MAÇÃ	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM BATATA, SALADA DE REPOLHO, ABACAXI	MACARRÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM ESPINAFRE, SALADA DE ALFACE, MELANCIA		
Semanal)*		Energia (Kcal)	Carboidratos (g/%)	Proteínas (g/%)	Lipídios (g/%)
Desjejum		320,30	41,3 - 52%	11,4 - 14%	12,3 - 34%
Almoço		365,90	39,1 - 43%	14,8 - 16%	17,6 - 43%
Merenda		399,20	59,3 - 59%	14,7 - 15%	13,0 - 29%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.


Kárem Miyuki Bando
CRN - 4873
Nutricionista