

UNIDADE ESCOLAR: \_\_\_\_\_

Sugestão de Horários		Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira 01/07/2026	Quinta-Feira 02/07/2026	Sexta-Feira 03/07/2026
07h00	Lanche da manhã			➤ Leite ➤ Bolacha	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Bolacha
9h00	Intervalo da manhã			➤ Biscoito Polvilho ➤ Suco integral	➤ Biscoito amantegado ➤ Leite	➤ Vitamina de manga
12h00	Almoço			➤ Arroz ➤ Feijoadinha com lombo ➤ Salada de tomates ➤ Laranja	➤ Macarrão com molho e frango desfiado ➤ Chuchu refogado	➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne desfiada ao molho ➤ Polenta
15h00	Saída			➤ Bolacha	➤ Banana	➤ Bolacha

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

	Kcal	Proteínas 10 a 15%	Lipídios 15 a 30%	Carboidratos 55 a 65%
* Média Semanal -	498,03	18 g	15 %	15 g
				498,03
				18 g
				15 %

Fonte: \* Planilha Plan PNAE / \* Tabela TACO / \* Rótulos dos alimentos

**\*\*Cardápio sujeito a alterações\*\***

**NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.**

**FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.**



Tatianny R. Tasso Kvint  
Nutricionista  
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731  
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: \_\_\_\_\_

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 06/07/2026	Terça-Feira 07/07/2026	Quarta-Feira 08/07/2026	Quinta-Feira 09/07/2026	Sexta-Feira 10/07/2026
07h00	Lanche da manhã					
9h00	Intervalo da manhã	CONSELHO DE CLASSE	REUNIÃO	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
12h00	Almoço					
15h00	Saída					

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

	Kcal	Proteínas 10 a 15%	Lipídios 15 a 30%	Carboidratos 55 a 65%
* Média Semanal -				

Fonte: \* Planilha Plan PNAE / \* Tabela TACO / \* Rótulos dos alimentos

**\*\*Cardápio sujeito a alterações\*\***

**NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.**

**FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.**



Tatianny R. Tasso Kvint  
Nutricionista  
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731  
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: \_\_\_\_\_

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 13/07/2026	Terça-Feira 14/07/2026	Quarta-Feira 15/07/2026	Quinta-Feira 16/07/2026	Sexta-Feira 17/07/2026
07h00	Lanche da manhã					
9h00	Intervalo da manhã	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
12h00	Almoço					
15h00	Saída					

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

	Kcal	Proteínas 10 a 15%	Lipídios 15 a 30%	Carboidratos 55 a 65%
* Média Semanal -				

Fonte: \* Planilha Plan PNAE / \* Tabela TACO / \* Rótulos dos alimentos

**\*\*Cardápio sujeito a alterações\*\***

**NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.**

**FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.**



Tatianny R. Tasso Kvint  
Nutricionista  
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731  
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: \_\_\_\_\_

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 20/07/2026	Terça-Feira 21/07/2026	Quarta-Feira 22/07/2026	Quinta-Feira 23/07/2026	Sexta-Feira 24/07/2026
07h00	Lanche da manhã					
9h00	Intervalo da manhã	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	PLANEJAMENTO	
12h00	Almoço					
15h00	Saída					

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%	
* Média Semanal -	511,96	22 g	17%	14 g	511,96	22 g	17%

Fonte: \* Planilha Plan PNAE / \* Tabela TACO / \* Rótulos dos alimentos

**\*\*Cardápio sujeito a alterações\*\***

**NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.**

**FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.**



Tatianny R. Tasso Kvint  
Nutricionista  
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731  
Nutricionista Responsável Técnica

UNIDADE ESCOLAR: \_\_\_\_\_

Sugestão de Horários		Segunda-Feira 27/07/2026	Terça-Feira 28/07/2026	Quarta-Feira 29/07/2026	Quinta-Feira 30/07/2026	Sexta-Feira 31/07/2026
07h00	Lanche da manhã	➤ Vitamina de frutas (maçã, mamão, banana)	➤ Leite ➤ Bolacha	➤ Leite ➤ Bolacha	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Bolacha
9h00	Intervalo da manhã	➤ Bolacha salgada com geléia ➤ Suco integral	➤ Bolo de banana	➤ Pipoca	➤ Pão com requeijão ➤ Suco integral	➤ Danone de manga
12h00	Almoço	➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango ensopado ➤ Polenta	➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne com batata e cenoura	➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo refogado ➤ Mandioca cozida temperada com orégano	➤ Sopa: Canja Arroz, frango, batata e cenoura	➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete de forno ➤ Salada de beterraba
15h00	Saída	➤ Bolacha	➤ Bolacha	➤ Maçã	➤ Banana	➤ Bolacha

Cardápio elaborado de acordo com a Resolução nº 6 de 08 de maio de 2020.

	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%	
* Média Semanal -	498,03	18 g	15 %	15 g	498,03	18 g	15 %

Fonte: \* Planilha Plan PNAE / \* Tabela TACO / \* Rótulos dos alimentos

**\*\*Cardápio sujeito a alterações\*\***

**NÃO ALTERAR O CARDÁPIO SEM AUTORIZAÇÃO DO SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR.**

**FAVOR DEIXAR O CARDÁPIO EM LOCAL VISÍVEL PARA OS ALUNOS, PROFESSORES, FUNCIONÁRIOS E COMUNIDADE ESCOLAR.**



Tatianny R. Tasso Kvint  
Nutricionista  
CRN 24.731

Tatianny R. Tasso Kvint CRN3 24.731  
Nutricionista Responsável Técnica