

UNIDADE ESCOLAR: _____

Sugestão de Horários		Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira 01/07/2026	Quinta-Feira 02/07/2026	Sexta-Feira 03/07/2026
07:15	CAFÉ DA MANHÃ			<ul style="list-style-type: none"> ➤ Leite ➤ Bisnaguinha com requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Leite ➤ Bolacha com requeijão
09:00	COLAÇÃO			<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melão 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Manga 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Pêra
10:00	ALMOÇO			<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz ➤ Feijoadinha com lombo ➤ Salada de tomate ➤ Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Macarrão com molho e frango desfiado ➤ Chuchu refogado ➤ Abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne desfiada ao molho ➤ Polenta ➤ Melão
13:00	CAFÉ DA TARDE			<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bolo de Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mingau de aveia com banana 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Torta de legumes
15:00	JANTAR			<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa: Macarrão, carne, abóbora e batata 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa de fubá Fubá, carne moída e abobrinha 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa: Feijão branco, frango, macarrão, cenoura, mandioquinha

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

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%		Lipídios 15 a 30%		Carboidratos 55 a 65%		Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)
Média Semanal	542,45	20 g	16%	19 g	29%	89 g	65%	256 mcg	542,45	20 g	16%

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
07:15	CAFÉ DA MANHÃ					
09:00	COLAÇÃO					
10:00	ALMOÇO	CONSELHO DE CLASSE	REUNIÃO DE PAIS	NÃO HAVERÁ AULA	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
13:00	CAFÉ DA TARDE					
15:00	JANTAR					

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

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%	Lipídios 15 a 30%	Carboidratos 55 a 65%	Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)
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.



Tatiany R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiany 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
07:15	CAFÉ DA MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Leite ➤ Bolacha salgada com requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Leite ➤ Bolacha salgada com requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Leite ➤ Bisnaguinha com requeijão 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ovos mexidos
09:00	COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melão 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Manga 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Laranja
10:00	ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango desfiado com molho ➤ Polenta ➤ Melão 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne de Panela com mandioca ➤ Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo refogado ➤ Salada de cenoura ➤ Banana 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango ensopado com mandioquinha ➤ Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Macarrão com molho e carne moída ➤ Salada de repolho ➤ Melancia
13:00	CAFÉ DA TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Vitamina de banana com mamão 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Biscoito de polvilho ➤ Suco integral 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bolo de Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Mingau de aveia com banana 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Bisnaguinha com geléia ➤ Leite
15:00	JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa: Macarrão, carne, mandioquinha e cenoura. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa: Arroz, frango, cenoura e chuchu. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa: Macarrão, frango, abóbora e batata. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa: Creme de ervilha com carne moída e cenoura 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa: Feijão com legumes e macarrão


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

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%	Lipídios 15 a 30%	Carboidratos 55 a 65%	Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)			
Média Semanal	570,94	23 g	16%	21 g	35%	88 g	62%	229 mcg	59 mg	219 mg	3 mg

****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

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

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
07:15	CAFÉ DA MANHÃ	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Leite ➤ Bisnaguinha com geléia 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ovos mexidos 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Leite ➤ Bisnaguinha c/ requeijão 		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Leite ➤ Bisnaguinha c/ requeijão
09:00	COLAÇÃO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melancia 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Melão 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Abacaxi 		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Maçã
10:00	ALMOÇO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete com cenoura e abobrinha ralada ➤ Abacaxi 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Strogonofe de frango ➤ Salada de beterraba ➤ Manga 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne moída com cenoura e batatas ➤ Laranja 	PLANEJAMENTO	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Arroz ➤ Feijoadinha com lombo ➤ Farofa de legumes ➤ Pêra
13:00	CAFÉ DA TARDE	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Biscoito de polvilho ➤ Suco integral 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Torta de legumes com carne moída 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Salada de frutas 		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Vitamina de abacate com banana
15:00	JANTAR	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa: Feijão com legumes e macarrão. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa: Arroz, abóbora, chuchu e carne. 	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa: Creme de mandioca, cenoura, frango. 		<ul style="list-style-type: none"> ➤ Sopa: Creme de legumes com macarrão e frango.

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

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%	Lipídios 15 a 30%	Carboidratos 55 a 65%	Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)			
Média Semanal	583,11	23 g	16%	21 g	32%	94 g	64%	219 mcg	41 mg	204 mg	3 mg

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.



Tatiany R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiany 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
07:15	CAFÉ DA MANHÃ	➤ Leite ➤ Bisnaguinha com requeijão	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Bisnaguinha c/ requeijão	➤ Ovos mexidos	➤ Leite ➤ Bisnaguinha c/ requeijão
09:00	COLAÇÃO	➤ Abacaxi	➤ Maçã	➤ Melão	➤ Mamão	➤ Banana
10:00	ALMOÇO	➤ Arroz/ Feijão ➤ Frango ensopado ➤ Polenta ➤ Melão	➤ Arroz/ Feijão ➤ Carne com batata e cenoura ➤ Melancia	➤ Arroz/ Feijão ➤ Lombo desfiado ➤ Mandioca cozida temperada com orégano ➤ Pêra	➤ Arroz/ Feijão ➤ Fricassé de frango ➤ Salada de alface com tomates ➤ Manga	➤ Arroz/ Feijão ➤ Omelete com espinafre ➤ Salada de beterraba ➤ Abacaxi
13:00	CAFÉ DA TARDE	➤ Vitamina de banana com mamão e maçã	➤ Bisnaguinha c/ geléia ➤ Suco integral	➤ Biscoito de polvilho ➤ Suco de Melancia	➤ Bolo de Maçã	➤ Danone caseiro de manga
15:00	JANTAR	➤ Sopa: Feijão com legumes e macarrão.	➤ Sopa: Creme de mandioca com carne desfiada e chuchu	➤ Sopa: Macarrão, frango, abóbora e batata.	➤ Sopa: Creme de ervilha com carne moída e cenoura	➤ Sopa: Arroz, frango, mandioquinha, cenoura.

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

Composição Nutricional	Kcal	Proteínas 10 a 15%	Lipídios 15 a 30%	Carboidratos 55 a 65%	Vitamina A (147 mcg)	Vitamina C (9 mg)	Cálcio (350 mg)	Ferro (2 mg)			
Média Semanal	542,45	20 g	16%	19 g	29%	89 g	65%	256 mcg	51 mg	172 mg	3 mg

****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.



Tatiary R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiary R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica



PREFEITURA MUNICIPAL DE MAIRIPORÃ
Secretaria Municipal de Educação
Centro de Referência de Alimentação Escolar
Endereço: Rua Imirim, 112- Bairro Imirim – Telefone: (11) 4604-3800
CARDÁPIO JULHO 2026 - ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA: 12 MESES – 4 ANOS – CRECHE PERÍODO INTEGRAL

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.



Tatiary R. Tasso Kvint
Nutricionista
CRN 24.731

Tatiary R. Tasso Kvint CRN3 24.731
Nutricionista Responsável Técnica