

# CARDÁPIO PARA ENSINO FUNDAMENTAL

## MAIO

HORÁRIOS / DATA					01/05/2026
Desjejum 7h às 8h					<b>FERIADO</b>
Lanche tarde 15h às 16h					
Almoço Manhã 10h às 11h30					
Almoço Tarde 13h às 14h30					

### INFORMAÇÃO NUTRICIONAL ( MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
633	88	32	17
38%	56%	20%	24%



Documento assinado digitalmente  
gov.br  
FABIANA MACHADO OLIVEIRA GONCALVES  
Data: 11/04/2024 10:43:13 -0300  
Verifique em: <https://verificar.gov.br>

Fabiana Machado Oliveira Gonçalves  
Nutricionista - Diretoria de Gestão Escolar

Anotações:

# CARDÁPIO PARA ENSINO FUNDAMENTAL

## MAIO

HORÁRIOS / DATA	04/05/2026	05/05/2026	06/05/2026	07/05/2026	08/05/2026
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
Desjejum 7h às 8h	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Biscoito maisena	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha integral
Lanche tarde 15h às 16h	Maçã		Mamão		Mamão
Almoço Manhã 10h às 11h30	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão Carne moída refogada	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão Sobrecoxa de frango	Arroz + Feijão
Almoço Tarde 13h às 14h30	Frango desfiado ao molho  Salada de Repolho	com Quiabo  Salada de Beterraba  Caqui	Bife de panela  Salada de Alface mimosa	refogada com legumes  Salada de Acelga  Goiaba	Macarrão à bolonhesa  Salada de Pepino  Tangerina Ponkan

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%				
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	
614	92	29	15	
37%	60%	18%	22%	



Documento assinado digitalmente  
FABIANA MACHADO OLIVEIRA GONÇALVES  
Data: 23/04/2026 10:43:13 -0300  
Verifique em: https://verificar.di.gov.br

**Fabiana Machado Oliveira Gonçalves**  
 Nutricionista - Diretoria de Gestão Escolar

Anotações:

# CARDÁPIO PARA ENSINO FUNDAMENTAL

## MAIO

HORÁRIOS / DATA	11/05/2026	12/05/2026	13/05/2026	14/05/2026	15/05/2026
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
Desjejum 7h às 8h	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Biscoito chocolate integral	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha integral
Lanche tarde 15h às 16h	Maçã		Mamão		Mamão
Almoço Manhã 10h às 11h30	Arroz + Feijão Ovos mexidos	Arroz + Feijão Carne em cubos c/ mandioca	Arroz + Feijão Escondidinho de batata c/ carne moída	Arroz + Feijão Pernil em cubos refogado	Sopa de Grão de bico, macarrão, batata, chuchu, mandioquinha, cenoura e frango
Almoço Tarde 13h às 14h30	Salada de Repolho  c/ cenoura	Salada de Berinjela  Caqui	Salada de Alface crespá	Salada de Couve  Goiaba	Tangerina Ponkan

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%				
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	
588	91	26	14	
36%	62%	17%	21%	



Documento assinado digitalmente  
**FABIANA MACHADO OLIVEIRA GONÇALVES**  
 Data: 12/04/2024 09:43:50  
 Verifique em <https://validar.jf.gov.br>

Fabiana Machado Oliveira Gonçalves  
 Nutricionista - Diretoria de Gestão Escolar

Anotações:

# CARDÁPIO PARA ENSINO FUNDAMENTAL

## MAIO

HORÁRIOS / DATA	18/05/2026	19/05/2026	20/05/2026	21/05/2026	22/05/2026
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
Desjejum 7h às 8h	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Biscoito salgado integral	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha integral
Lanche tarde 15h às 16h	Maçã		Mamão		Mamão
Almoço Manhã 10h às 11h30	Feijão	Arroz + Feijão Carne em cubos c/ legumes	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão Polenta à bolonhesa	Arroz + Feijão
Almoço Tarde 13h às 14h30	Risotinho de frango	Salada de Beterraba	Bife de panela	Salada de Escarola	Sobrecoxa assada Salada de Tomate
	Salada de Repolho	Caqui	Salada de Alface americana	Goiaba	Tangerina Ponkan

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%			
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
625	91	30	16
38%	58%	19%	23%



Documento assinado digitalmente  
gov.br

FABIANA MACHADO OLIVEIRA GONÇALVES  
Data: 21/04/2025 08:43:13 -0300  
Verifique em: <https://verificador.digitec.gov.br>  
Fabiana Machado Oliveira Gonçalves  
Nutricionista - Diretoria de Gestão Escolar

Anotações: \*Receita enviada

# CARDÁPIO PARA ENSINO FUNDAMENTAL

## MAIO

HORÁRIOS / DATA	25/05/2026	26/05/2026	27/05/2026	28/05/2026	29/05/2026
	segunda-feira	terça-feira	quarta-feira	quinta-feira	sexta-feira
Desjejum 7h às 8h	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Biscoito maisena	Leite c/ cacau 50% Banana	Leite c/ cacau 50% Bisnaguinha integral
Lanche tarde 15h às 16h	Maçã		Mamão		Mamão
Almoço Manhã 10h às 11h30	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão Falso Estrogonofe de frango e mandioca	Arroz + Feijão	Arroz + Feijão Kibe assado	Sopa de mandioca, carne em cubos e couve
Almoço Tarde 13h às 14h30	Omelete c/ espinafre	Salada de Beterraba	Pernil refogado	Salada de Berinjela	
	Salada de Repolho	Caqui	Salada de Alface crespas	Goiaba	Tangerina Ponkan

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL ( MÉDIA SEMANAL) 30%			
Energia (Kcal)	Carboidrato (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)
630	97	30	15
38%	60%	20%	20%



Documento assinado digitalmente  
gouby FABIANA MACHADO OLIVEIRA GONCALVES  
Data: 17/04/2024 10:48:13 -0300  
Verifique em: https://validar.dig.br

Fabiana Machado Oliveira Gonçalves  
Nutricionista - Diretoria de Gestão Escolar

Anotações: