

# Programa de Alimentação Escolar

**CARDÁPIOS 2024/2025**

*“Educação Infantil”*

  
Samantha Rios Gomes da Silva  
Nutricionista RT – CRN4 nº 22/100513  
Diretora de Alimentação e Nutrição Escolar  
Mat. nº 60/011.209-7

| ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL – EMEI (alunos de 4 e 5 anos)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                            |                                                                                      |                                                                                          |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| SEMANA 1                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                            |                                                                                      |                                                                                          |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      | 2ª FEIRA                                                                                                                                   | 3ª FEIRA                                                                             | 4ª FEIRA                                                                                 | 5ª FEIRA                                                                                                  | 6ª FEIRA                                                                                                                                                                                                                    |
| DESJEJUM / LANCHE                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Frapê de banana e maçã<br>Granola                                                                                                          | Vitamina de Banana com cacau<br>Biscoito tipo cream cracker                          | Suco de goiaba<br>Pão careca com queijo branco                                           | Mingau de aveia com baunilha                                                                              | Leite com café<br>Broa de milho com requeijão                                                                                                                                                                               |
| ALMOÇO                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Ragu ao molho de tomate<br>Macarrão ao alho e óleo<br>Feijão<br>Salada de beterrada ralada com azeite<br><br><b>Sobremesa:</b><br>Laranja* | Ensopadinho de Frango com Aipim<br>Arroz / Feijão<br><br><b>Sobremesa:</b><br>Mamão* | Isca de carne<br>Arroz / Feijão<br>Quibebe de Abóbora<br><br><b>Sobremesa:</b><br>Melão* | Frango em cubos ao molho de tomate<br>Arroz com brócolis<br>Feijão<br><br><b>Sobremesa:</b><br>Tangerina* | <b>SET – ABR</b><br>Guisado de Carne (com batata doce e cenoura)<br>Arroz / Feijão<br><b>MAI – AGO</b><br>Sopa de Feijão com Carne e Legumes (batata, abóbora, chuchu) e massa para sopa<br><br><b>Sobremesa:</b> Melancia* |
| <p>*A fruta ofertada poderá ser alterada, conforme a safra ou ponto de maturação, sendo válidas as seguintes opções: <b>melancia, melão, banana, maçã, mamão, laranja, pera, tangerina e manga e abacaxi</b>. É <b>OBRIGATÓRIA</b> a garantia de oferta de uma variedade de <b>3 tipos</b> de frutas diferentes por semana.</p> <p>Havendo disponibilidade de <b>polpa de fruta da agricultura familiar</b>, os sabores dos sucos podem ser alterados, conforme a polpa disponível. Caso tenha polpa nos sabores manga ou maracujá, também poderão ser utilizadas para preparo de vitaminas.</p> <p><b>Siglas e abreviações:</b> CHO: Carboidrato / PTN: Proteína / LIP: Lipídio</p> |                                                                                                                                            |                                                                                      |                                                                                          |                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                             |

| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL<br>(Média semanal) | Energia  | Carboidratos | Proteínas | Lipídios |
|-------------------------------------------|----------|--------------|-----------|----------|
|                                           | 546 kcal | 69g          | 29g       | 16g      |

  
Samantha Rios Gomes da Silva  
Nutricionista RT – CRN4 nº 22/100513  
Diretora de Alimentação e Nutrição Escolar  
Mat. nº 60/011.209-7

**ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL – EMEI (alunos de 4 e 5 anos)**

**SEMANA 2**

|                          | <b>2ª FEIRA</b>                                                                                                         | <b>3ª FEIRA</b>                                                                                                                 | <b>4ª FEIRA</b>                                                                                         | <b>5ª FEIRA</b>                                                       | <b>6ª FEIRA</b>                                                                                                                                                                                                     |
|--------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DESJEJUM / LANCHE</b> | Mingau de Fubá com Canela*<br><br>*canela opcional conforme aceitação                                                   | Milkshake de Maçã com Banana Granola                                                                                            | Leite com baunilha<br>Broa de milho com requeijão                                                       | Suco de caju<br>Pão careca com queijo branco                          | Leite com cacau<br>Biscoito de maisena                                                                                                                                                                              |
| <b>ALMOÇO</b>            | Ovo mexido com orégano<br>Arroz / Feijão<br>Salada de Cenoura ralada com azeite e salsa<br><br><b>Sobremesa:</b> Banana | Ragu de carne<br>Macarrão ao alho e óleo<br>Feijão<br>Salada de Beterraba com azeite e salsa<br><br><b>Sobremesa:</b> Melancia* | Isca de frango ensopado<br>Arroz com cenoura<br>Feijão<br>Purê de batata<br><br><b>Sobremesa:</b> Maçã* | Vaca atolada<br>Arroz / Feijão carioca<br><br><b>Sobremesa:</b> Pera* | <b>SET – ABR</b><br>Risoto de Frango com Cenoura, Vagem, salsa e cebolinha<br>Feijão<br><b>MAI – AGO</b><br>Canja com: Frango, Arroz branco e Legumes (batata, cenoura e chuchu)<br><br><b>Sobremesa:</b> Melancia* |

\*A fruta ofertada poderá ser alterada, conforme a safra ou ponto de maturação, sendo válidas as seguintes opções: **melancia, melão, banana, maçã, mamão, laranja, pera, tangerina, manga e abacaxi**. É **OBRIGATÓRIA** a garantia de oferta de uma variedade de **3 tipos** de frutas diferentes por semana.

Havendo disponibilidade de **polpa de fruta da agricultura familiar**, os sabores dos sucos podem ser alterados, conforme a polpa disponível. Caso tenha polpa nos sabores manga ou maracujá, também poderão ser utilizadas para preparo de vitaminas.

| <b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL</b><br>(Média semanal) | <b>Energia</b>  | <b>Carboidratos</b> | <b>Proteínas</b> | <b>Lipídios</b> |
|--------------------------------------------------|-----------------|---------------------|------------------|-----------------|
|                                                  | <b>553 kcal</b> | <b>77g</b>          | <b>26g</b>       | <b>15g</b>      |

  
**Samanta Rios Gomes da Silva**  
 Nutricionista RT – CRN4 nº 22/100513  
 Diretora de Alimentação e Nutrição Escolar  
 Mat. nº 60/011.209-7

| ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL – EMEI (alunos de 4 e 5 anos) |                                                                                                                        |                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                         |
|---------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| SEMANA 3                                                            |                                                                                                                        |                                                                                       |                                                                                                                                                       |                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                         |
|                                                                     | 2ª FEIRA                                                                                                               | 3ª FEIRA                                                                              | 4ª FEIRA                                                                                                                                              | 5ª FEIRA                                                                                                              | 6ª FEIRA                                                                                                                                                                                                                |
| DESJEJUM / LANCHE                                                   | Leite com café<br>Biscoito tipo maisena                                                                                | Leite com cacau<br>Quadrado de banana com aveia                                       | Canjica                                                                                                                                               | Suco de manga<br>Broa de milho com Queijo branco                                                                      | Suco de caju<br>Pão careca com ovo mexido                                                                                                                                                                               |
| ALMOÇO                                                              | Ovo cozido**<br>Arroz / Feijão<br>Salada de Cenoura e Chuchu com azeite e orégano<br><br><b>Sobremesa:</b><br>Laranja* | Isca de Fígado<br>Arroz / Feijão<br>Purê de Inhame<br><br><b>Sobremesa:</b><br>Mamão* | Frango picadinho ao molho de tomate<br>Macarrão ao alho e óleo<br>Feijão<br>Salada de Beterraba com salsa e azeite<br><br><b>Sobremesa:</b><br>Melão* | Arroz Carreteiro (carne em cubos, cenoura ralada, tomate picado e couve) / Feijão<br><br><b>Sobremesa:</b> Tangerina* | <b>SET – ABR</b><br>Frango dourado<br>Arroz / Feijão<br>Abóbora refogada com salsa<br><b>MAI – AGO</b><br>Sopa de Legumes (cenoura, batata doce, chuchu) com Carne e massa para sopa<br><br><b>Sobremesa:</b> Melancia* |

\*A fruta ofertada poderá ser alterada, conforme a safra ou ponto de maturação, sendo válidas as seguintes opções: **melancia, melão, banana, maçã, mamão, laranja, pera, tangerina, manga e abacaxi**. É **OBRIGATÓRIA** a garantia de oferta de uma variedade de **3 tipos** de frutas diferentes por semana.

**\*\*Ovo cozido:** para uma melhor apresentação, o ovo deve ser servido dividido ao meio, sendo rigorosamente respeitada a porção proposta (1 unidade/aluno)

Havendo disponibilidade de **polpa de fruta da agricultura familiar**, os sabores dos sucos podem ser alterados, conforme a polpa disponível. Caso tenha polpa nos sabores manga ou maracujá, também poderão ser utilizadas para preparo de vitaminas.

| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL<br>(Média semanal) | Energia  | Carboidratos | Proteínas | Lipídios |
|-------------------------------------------|----------|--------------|-----------|----------|
|                                           | 521 kcal | 75g          | 27g       | 13g      |

  
**Samanta Rios Gomes da Silva**  
 Nutricionista RT – CRN4 nº 22/100513  
 Diretora de Alimentação e Nutrição Escolar  
 Mat. nº 60/011.209-7

**ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL – EMEI (alunos de 4 e 5 anos)**

**SEMANA 4**

|                          | 2ª FEIRA                                                                                                                                | 3ª FEIRA                                                                                                  | 4ª FEIRA                                                                                                         | 5ª FEIRA                                                                                 | 6ª FEIRA                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>DESJEJUM / LANCHE</b> | Leite com cacau<br>Biscoito tipo cream cracker                                                                                          | Arroz doce com maçã e canela*<br><br>*canela opcional conforme aceitação                                  | Suco de maracujá<br>Broa de milho com Queijo branco                                                              | Mingau de aveia com banana e cacau                                                       | Suco de Laranja<br>Bolo Brasileirinho (cenoura e couve)<br><br>**Nota no rodapé                                                                                                                                                   |
| <b>ALMOÇO</b>            | Carne moída ao molho de tomate<br>Arroz / Feijão<br>Salada de Cenoura ralada com azeite e cebolinha<br><br><b>Sobremesa:</b><br>Banana* | Estrogonofe de frango<br>Arroz / Feijão<br>Batata sauté com orégano<br><br><b>Sobremesa:</b><br>Melancia* | Isca de Carne<br>Arroz / Feijão carioca<br>Salada de Chuchu com azeite e salsa<br><br><b>Sobremesa:</b><br>Maçã* | Frango dourado<br>Arroz / Feijão<br>Abobrinha refogada<br><br><b>Sobremesa:</b><br>Pera* | <b>SET – ABR</b><br>Feijoada nutritiva (Feijão, Carne em cubos, abóbora, batata e chuchu)<br>Arroz<br>Farofa de couve<br><b>MAI – AGO</b><br>Sopa de Ervilha com Carne e Legumes (cenoura e batata)<br><b>Sobremesa:</b> Laranja* |

\*A fruta ofertada poderá ser alterada, conforme a safra ou ponto de maturação, sendo válidas as seguintes opções: **melancia, melão, banana, maçã, mamão, laranja, pera, tangerina, manga e abacaxi**. É **OBRIGATÓRIA** a garantia de oferta de uma variedade de **3 tipos** de frutas diferentes por semana.

Havendo disponibilidade de **polpa de fruta da agricultura familiar**, os sabores dos sucos podem ser alterados, conforme a polpa disponível. Caso tenha polpa nos sabores manga ou maracujá, também poderão ser utilizadas para preparo de vitaminas.

**Siglas e abreviações:** CHO: Carboidrato / PTN: Proteína / LIP: Lipídio

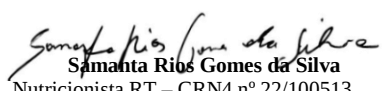
**\*\* Opção para unidades escolares onde não houver possibilidade de preparar o bolo para servir no turno da manhã:**

Leite enriquecido com Banana e Maçã  
Biscoito tipo cream cracker

**OBS:**

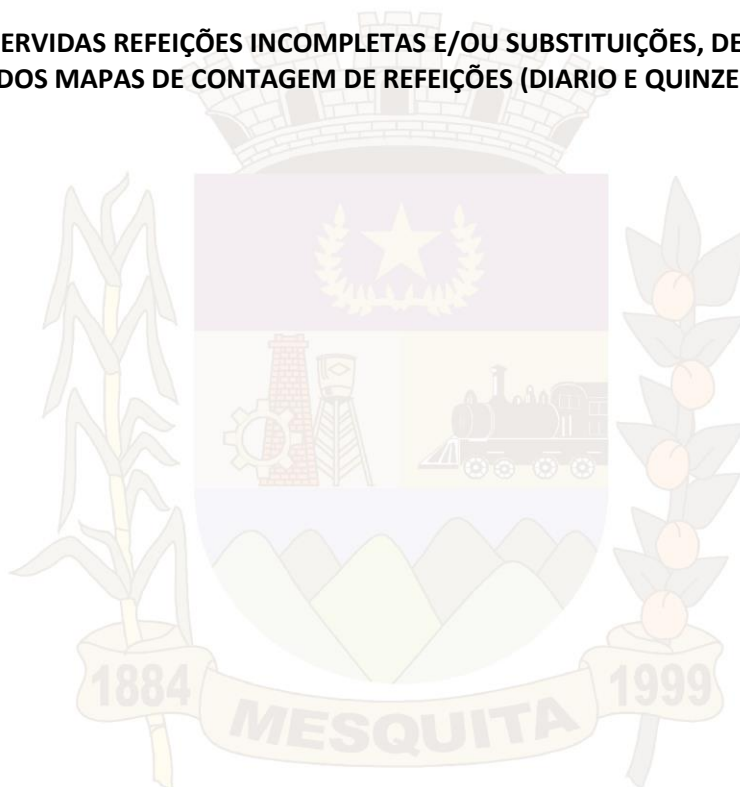
- Caso a unidade escolar faça opção por não preparar o bolo, o mesmo cardápio deve ser servido tanto no desjejum quanto no lanche, a fim de padronizar o atendimento para ambos os turnos.
- Tanto o Setor de Alimentação e Nutrição Escolar, quanto a empresa prestadora de serviços, deverão ser comunicados, caso a unidade escolar opte pelo cardápio opcional.

| COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL<br>(Média semanal) | Energia  | Carboidratos | Proteínas | Lipídios |
|-------------------------------------------|----------|--------------|-----------|----------|
|                                           | 564 kcal | 79g          | 27g       | 16g      |

  
Samantha Rios Gomes da Silva  
Nutricionista RT – CRN4 nº 22/100513  
Diretora de Alimentação e Nutrição Escolar  
Mat. nº 60/011.209-7

## ORIENTAÇÕES GERAIS

- HORÁRIO DE REFERÊNCIA: Conforme orientações da SEMED.
- É proibida a alteração de cardápio sem comunicação prévia ao Setor de Alimentação e Nutrição Escolar.
- Quaisquer alterações de cardápio, deverão ser comunicadas via e-mail ao Setor de Alimentação e Nutrição Escolar.
- A repetição é direito do aluno e é de igual teor a refeição.
- **CASO SEJAM SERVIDAS REFEIÇÕES INCOMPLETAS E/OU SUBSTITUIÇÕES, DEVE SER RELATADO NAS OBSERVAÇÕES DOS MAPAS DE CONTAGEM DE REFEIÇÕES (DIÁRIO E QUINZENAL).**



  
Samantha Rios Gomes da Silva  
Nutricionista RT – CRN4 nº 22/100513  
Diretora de Alimentação e Nutrição Escolar  
Mat. nº 60/011.209-7