

**CARDÁPIO BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 1 ANO - DEZEMBRO/2025**

Cardápio Data/Horário	Segunda 01/dez	Terça 02/dez	Quarta 03/dez	Quinta 04/dez	Sexta 05/dez																									
<b>Lanche Manhã</b> 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Papinha de Banana com aveia	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Papinha de Banana	Leite + Papinha de Maçã																									
<b>Almoço</b> 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha	Papinha de: Arroz, Estrogonofe De Frango Sassami C/ Caldo De Inhame, Feijão E Salada De Tomate C/ Acelga	Papinha de: Arroz C/ Vagem, Feijão Preto, Sobrecoxa De Frango Ao Molho Com Mandioca E Salada De Acelga C/ Pepino	Papinha de: Macarrão, Feijão Carne Em Cubos Cozida C/ E Vagem, cenoura Refogada	Papinha de: Arroz, Feijão preto, Carne Moída Com Berinjela E Batata E Tomate, Legumes + Fruta																									
<b>Lanche Tarde</b> 13:30h às 14h	Leite + Papinha de Banana	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Papinha de Melancia	Leite + Laranja	Mingau de Canjica c/ Banana																									
<b>Jantar</b> 15h às 15:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite																									
<b>Composição Nutricional</b>	Kcal 764	Prot 41,9	Lip 25,5	CHO 94,6	Ca 758	Fe 2,19	Kcal 660	Prot 36,5	Lip 28,1	CHO 66,6	Ca 737	Fe 2,48	Kcal 726	Prot 38,0	Lip 26,3	CHO 85,2	Ca 748	Fe 2,03	Kcal 693	Prot 37,6	Lip 26,2	CHO 78,8	Ca 762	Fe 2,36	Kcal 759	Prot 30,1	Lip 32,7	CHO 86,2	Ca 805	Fe 1,48
Cardápio Data/Horário	Segunda 08/dez	Terça 09/dez	Quarta 10/dez	Quinta 11/dez	Sexta 12/dez																									
<b>Lanche Manhã</b> 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Laranja	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Laranja																									
<b>Almoço</b> 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Sobrecoxa com Cheiro Verde e Brócolis Refogado	Papinha de: Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas (Lombo) e Cheiro verde	Papinha de: Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Pepino	Papinha de: Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga	Papinha de: Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate																									
<b>Lanche Tarde</b> 13:30h às 14h	Leite + Banana	Leite + Laranja	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Laranja	Mingau de Aveia + Banana Picada																									
<b>Jantar</b> 15h às 15:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite																									
<b>Composição Nutricional</b>	Kcal 911	Prot 39,2	Lip 31,9	CHO 120,6	Ca 768	Fe 3,99	Kcal 776	Prot 36,8	Lip 25,6	CHO 103,0	Ca 816	Fe 2,23	Kcal 726	Prot 36,4	Lip 25,9	CHO 88,2	Ca 728	Fe 2,64	Kcal 637	Prot 31,9	Lip 26	CHO 70	Ca 728	Fe 1,60	Kcal 799	Prot 35,8	Lip 27,8	CHO 105,3	Ca 774	Fe 3,60

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes do Guia Alimentar para População Brasileira e do Guia Alimentar para menores de 2 anos, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Por legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

\* Cardápio sujeito a alteração

Vanessa Sales de O. Rego  
Nutricionista  
CRN-3 77837

Tereza Aparecida de F. Henriques  
Nutricionista  
CRN-3 Direta

## CARDÁPIO BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 1 ANO - DEZEMBRO/2025

Cardápio Data/Horário	Segunda 15/dez	Terça 16/dez	Quarta 17/dez	Quinta 18/dez	Sexta 19/dez																									
<b>Lanche Manhã</b> 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Laranja	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Papinha de Maçã																									
<b>Almoço</b> 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Sobrecoca com Cheiro Verde e Brócolis Refogado	Papinha de: Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas (Lombo) e Cheiro verde	Papinha de: Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Pepino	Papinha de: Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga	Papinha de: Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate																									
<b>Lanche Tarde</b> 13:30h às 14h	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Laranja	Leite + Papinha de Maçã	Leite + Laranja	Mingau de Aveia + Maçã Picada																									
<b>Jantar</b> 15h às 15:30h	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite																									
<b>Composição Nutricional</b>	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	694,055	38,0931	23,3418	83,903	730,394	1,31093	881	35,7	29,8	121,0	822	2,45	759	40,8	24,6	95,7	743	3,39	656	37,1	26,6	68,8	741	2,02	775	30,5	31,2	94,3	653	2,42

Cardápio  
Data/Horário

22/12/2025 À 03/02/2026



**RECESSO ESCOLAR**



Vanessa Sales de O. Rosa  
Nutricionista  
CRN-3 77837

Thais Alves M. Hencas  
Nutricionista  
CRN-3 69165



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



**CARDÁPIO CEI - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 1 ANO A 3 ANOS - DEZEMBRO 2025**

Cardápio Data/Horário	Segunda 01/dez	Terça 02/dez	Quarta 03/dez	Quinta 04/dez	Sexta 05/dez
<b>Lanche Manhã</b> 08h às 08:30h	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes	Leite + Panqueca de Banana	Leite + Farofa de Ovos	Leite + Torta de Legumes	Vitamina De Fruta + Pão c/ Doce de Banana s/Açúcar
<b>Almoço</b> 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha	Arroz, Estrogonofe De Frango Sassami C/ Caldo De Inhame, Feijão E Salada De Tomate C/ Acelga	Arroz C/ Vagem, Feijão Preto, Sobrecoxa De Frango Ao Molho Com Mandioca E Salada De Acelga C/ Pepino	Macarrão, Feijão Carne Em Cubos Cozida E Vagem, cenoura Refogada	Arroz, Feijão preto, Carne Moída Com Berinjela E Batata E Tomate, Legumes + Fruta
<b>Lanche Tarde</b> 13:30h às 14h	Leite + Banana	Leite + Maçã	Leite + Melancia	Leite + Laranja	Leite + Salada de Fruta (banana + maçã+ laranja)
<b>Jantar</b> 15h às 15:30h	Purê de Mandioquinha com Carne em Cubos desfiada c/ Tomate e Brócolis Refogado	Risoto de Peito de Frango com Inhame e Legumes	Sopa de Lentilha com Carne em Cubos e Legumes	Canja de Galinha (Sassami) com Legumes	Risoto de Carne com Legumes (brócolis, inhame, tomate)
<b>Composição</b>	Kcal Prot Lip CHO Ca Fe	Kcal Prot Lip CHO Ca Fe	Kcal Prot Lip CHO Ca Fe	Kcal Prot Lip CHO Ca Fe	Kcal Prot Lip CHO Ca Fe
<b>Nutricional</b>	849 44,6 36,8 104,4 535 3,72	931 52,2 28,5 113,3 549 4,54	859 53,9 185,1 91,3 586 5,07	895,89064 54,516415 25,454333 98,160851 612,9068 3,0131333	999,41957 45,699197 28,842767 139,55364 701,34927 6,6532
Cardápio Data/Horário	Segunda 08/dez	Terça 09/dez	Quarta 10/dez	Quinta 11/dez	Sexta 12/dez
<b>Lanche Manhã</b> 08h às 08:30h	Leite + Farofa de Banana Prata	Leite + Panqueca de Banana	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes	Leite + Torta de Carne	Leite + Cereal sem açúcar e Fruta
<b>Almoço</b> 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Sobrecoxa com Cheiro Verde e Brócolis Refogado	Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas (Lombo) c/ Cheiro Verde	Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Pepino	Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga	Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate
<b>Lanche Tarde</b> 13:30h às 14h	Leite + Banana	Leite + Laranja	Leite + Maçã	Leite + Laranja	Leite + Salada de Fruta (banana + maçã+ laranja)
<b>Jantar</b> 15h às 15:30h	Macarronada com Almôndega 100% de Carne Bovina e Legumes	Polenta, Feijão, Frango Sassami cozido ao Molho + Brócolis Refogado	Risoto de Peito de Frango com Legumes (brócolis, Batata, tomate)	Purê de Mandioquinha com Carne em Cubos desfiada c/ Tomate e Brócolis Refogado	Sopa de Macarrão c/ Paleta em Tiras e Legumes
<b>Composição</b>	Kcal Prot Lip CHO Ca Fe	Kcal Prot Lip CHO Ca Fe	Kcal Prot Lip CHO Ca Fe	Kcal Prot Lip CHO Ca Fe	Kcal Prot Lip CHO Ca Fe
<b>Nutricional</b>	863 44,9 31,1 103,2 562 4,14	939 58,8 26,7 118,0 678 3,89	842 51,8 41,3 93,8 542 4,56	853 52,7 31,0 88,2 541 3,65	965,84248 43,784695 20,383633 125,22395 670,691 5,2848667

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes do Guia Alimentar para População Brasileira e do Guia Alimentar para menores de 2 anos, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Como legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

\* Cardápio sujeito a alteração

Nutricionista  
CRN-3 77837

COORDENADORA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

**CARDÁPIO CEI - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 1 ANO A 3 ANOS - DEZEMBRO/2025**

Cardápio Data/Horário	Segunda 15/dez	Terça 16/dez	Quarta 17/dez	Quinta 18/dez	Sexta 19/dez																									
<b>Lanche Manhã</b> 08h às 08:30h	Leite + Farofa de Banana Prata	Leite + Panqueca de Banana	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes	Leite + Torta de Frango	Leite + Cereal sem açúcar e Fruta																									
<b>Almoço</b> 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Sobrecoxa com Cheiro Verde e Brócolis Refogado	Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas (Lombo) c/ Cheiro Verde	Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca e Salada de Pepino	Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhamé, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga	Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate																									
<b>Lanche Tarde</b> 13:30h às 14h	Leite + Maçã	Leite + Laranja	Leite + Maçã	Leite + Melancia	Leite + Salada de Fruta (banana + maçã+ laranja)																									
<b>Jantar</b> 15h às 15:30h	Macarronada com Almôndega 100% de Carne Bovina e Legumes	Polenta, Feijão, Frango Sassami cozido ao Molho com Abobrinha	Risoto de Peito de Frango com Legumes (brócolis, Batata, tomate)	Purê de Mandioquinha com Carne em Cubos desfiada c/ Tomate e Brócolis Refogado	Sopa de Macarrão c/ Paleta em Tiras e Legumes																									
<b>Composição</b>	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
<b>Nutricional</b>	887,67831	50,62929	29,213433	104,92885	564,13067	3,6651333	952	61,8	29,9	108,6	615	3,17	977	58,8	167,9	114,3	548	6,21	845	55,2	27,8	92,5	576	3,61	975	40,2	19,5	130,8	647	4,38
<b>Cardápio</b> Data/Horário	<b>22/12/2025 À 03/02/2026</b>																													



**RECESSO ESCOLAR**



Cardápio elaborado conforme Resolução CD/FNDE nº6, de 8 de Maio de 2020. Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

\* Cardápio sujeito a alteração

Vanessa Sales de A. Lopes  
 Nutricionista  
 CRN-3 77837

Maria Aparecida M. Henriques  
 Nutricionista  
 CRN-3 65628



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



**CARDÁPIO - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA: 3 ANOS À 5 ANOS - DEZEMBRO/2025**

Cardápio Data/Horário	Segunda 01/dez						Terça 02/dez						Quarta 03/dez						Quinta 04/dez						Sexta 05/dez											
<b>DESJEJUM</b>	Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Farofa de Ovos						Leite + Torta de Legumes						Vitamina De Fruta + Pão c/ Doce de Banana s/Açúcar											
<b>REFEIÇÃO</b>	Macarrão, Feijão, Peito de Frango desfiado com Brócolis e Mandioquinha						Arroz, Estrogonofe De Frango Sassami C/ Caldo De Inhame, Feijão E Salada De Tomate C/ Acelga						Arroz C/ Vagem, Feijão Preto, Sobrecoxa De Frango Ao Molho Com Mandioca E Salada De Acelga C/ Pepino						Macarrão, Feijão, Carne Em Cubos Cozida E Vagem e Cenoura Refogada						Arroz, Feijão preto, Carne Moída Com Berinjela E Batata E Tomate, Legumes + Fruta											
<b>Composição Nutricional</b>	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	527,786	31,1211	15,6192	65,7112	307,733	2,76133	605,753	30,6476	15,9287	76,4799	285,516	2,58927	752,594	24,3308	69,2665	37,1518	275,259	2,48073	785,621	31,398	52,4104	48,2626	261,121	2,40803	623,779	28,6287	9,25703	78,1679	368,579	4,33273						
Cardápio Data/Horário	Segunda 08/dez						Terça 09/dez						Quarta 10/dez						Quinta 11/dez						Sexta 12/dez											
<b>DESJEJUM</b>	Leite + Farofa de Banana Prata						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Carne						Leite + Cereal sem açúcar e Salada de fruta (maça + banana + laranja)											
<b>REFEIÇÃO</b>	Macarrão, Feijão, Sobrecoxa com Cheiro Verde e Brócolis Refogado						Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas (Lombo)						Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Pepino						Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga						Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate											
<b>Composição Nutricional</b>	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	532,008	36,9744	12,9907	65,812	277,395	2,86203	622,189	34,3364	19,0997	78,1977	288,768	3,77973	611,558	34,858	13,7614	65,6522	326,137	3,0724	523,746	33,1541	17,5967	56,3838	284,491	2,3626	630,912	21,1509	14,8937	96,5823	425,467	6,92413						
Cardápio Data/Horário	Segunda 15/dez						Terça 16/dez						Quarta 17/dez						Quinta 18/dez						Sexta 19/dez											
<b>DESJEJUM</b>	Leite + Farofa de Banana Prata						Leite + Panqueca de Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Legumes						Leite + Torta de Frango						Leite + Cereal sem açúcar e Salada de fruta (maça + banana + laranja)											
<b>REFEIÇÃO</b>	Macarrão, Feijão, Sobrecoxa com Cheiro Verde e Brócolis Refogado						Arroz, Feijão Preto, Farofa de Iscas Suínas (Lombo)						Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Pepino						Arroz c/ Jardineira, Estrogonofe de Frango Sassami c/ Caldo de Inhame, Feijão e Salada de Tomate c/ Acelga						Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Jardineira, Feijão + Salada de Cenoura com Tomate											
<b>Composição Nutricional</b>	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	542,217	28,8122	15,4612	73,0416	289,383	2,48067	662,543	40,226	18,6879	84,6507	422,243	3,0884	566,387	37,4398	34,3934	53,6837	290,846	4,6394	632,627	40,6722	21,1188	67,5196	289,891	3,03053	516,991	20,6324	6,73323	66,6193	400,379	3,99033						
<b>Data/Horário</b>	<b>DE 22/12/2025 À 03/02/2026</b>																																			



**RECESSO ESCOLAR**



Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

\* Cardápio sujeito a alteração

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes da Guia Alimentar para População Brasileira e, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Por legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

Vanessa Sales de O. Silva  
Nutricionista  
CRN 5 7787

Francineide de O. Silva  
Nutricionista  
CRN 5 34965

**CARDÁPIO DESJEJUM - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS - DEZEMBRO/2025**

Cardápio Data	Segunda 01/dez						Terça 02/dez						Quarta 03/dez						Quinta 04/dez						Sexta 05/dez					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						SUCO DE POLPA + TORTA DE FRANGO					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
Nutricional	375,36	14,18	15,45	34,5	369,72	0,65	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	358	11,09	15,83	43	194	1,6
Cardápio Data	Segunda 08/dez						Terça 09/dez						Quarta 10/dez						Quinta 11/dez						Sexta 12/dez					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						CANJICA					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
Nutricional	375,36	14,18	15,45	34,5	369,72	0,65	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	410,59	8,2	3,82	89,96	130,42	0,44
Cardápio Data	Segunda 15/dez						Terça 16/dez						Quarta 17/dez						Quinta 18/dez						Sexta 19/dez					
Desjejum	LEITE C/ CACAU + BISCOITO						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						CANJICA					
Composição	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
Nutricional	375,36	14,18	15,45	34,5	369,72	0,65	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	319,57	13	12,53	29,98	358,15	0,41	410,59	8,2	3,82	89,96	130,42	0,44
Cardápio Data	<b>22/12/2025 À 03/02/2026</b>																													



RECESSO ESCOLAR



Incentivar o consumo de água às crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020.

\* Cardápio sujeito a alteração

Vaneza Sales de O. Rosa  
Nutricionista  
CRN-3 77837

Tais Almeida  
Nutricionista  
CRN-3 68193

**CARDÁPIO REFEIÇÃO - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS - DEZEMBRO/2025**

Cardápio Data	Segunda 01/dez						Terça 02/dez						Quarta 03/dez						Quinta 04/dez						Sexta 05/dez					
Refeição	MACARRONADA COM PEITO DE FRANGO						ARROZ, ESTROGONOFE DE FRANGO SASSAMI C/ CALDO DE INHAME, FEIJÃO E SALADA DE TOMATE C/ ACELGA						ARROZ C/ VAGEM, FEIJÃO PRETO, SOBRECOXA DE FRANGO AO MOLHO COM MANDIOCA E SALADA DE ACELGA C/ PEPINO						ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COZIDA C/ PALMITO, POLENTA E SALADA DE ACELGA C/ TOMATE						ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BERINJELA, BATATA E TOMATE, LEGUMES					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	381,62	31,48	5,58	51,91	24,56	0,92	421,36	22,43	10,26	59,44	105,38	2,84	421,36	22,436	10,26	59,44	105,38	2,84	467,63	32,81	8,69	62,29	52,92	3,01	467,63	32,81	8,69	62,29	52,92	3,01
Cardápio Data	Segunda 08/dez						Terça 09/dez						Quarta 10/dez						Quinta 11/dez						Sexta 12/dez					
Refeição	MACARRONADA COM ALMÔNDEGA 100% DE CARNE BOVINA E LEGUMES						ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA DE ISCAS SUÍNAS (LOMBO)						ARROZ, FEIJÃO PRETO, ISCAS DE PATINHO COM BERINGELA E SALADA DE PEPINO						ARROZ, ESTROGONOFE DE FRANGO SASSAMI C/ CALDO DE INHAME, FEIJÃO E SALADA DE TOMATE C/ ACELGA						MEXIDÃO DE ARROZ C/ OVOS, FEIJÃO E LEGUMES					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	467,63	32,81	8,69	62,2	52,92	3,016	401,37	26,49	6,56	57,51	56,43	2,8	401,37	26,49	6,56	57,51	56,43	2,8	354,37	18,83	8,75	48,59	46,82	1,58	432,86	20,27	10,6	63,09	101,83	2,97
Cardápio Data	Segunda 15/dez						Terça 16/dez						Quarta 17/dez						Quinta 18/dez						Sexta 19/dez					
Refeição	MACARRONADA COM CARNE FLOCADA						ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA DE ISCAS SUÍNAS (LOMBO)						ARROZ, FEIJÃO PRETO, ISCAS DE PATINHO COM MANDIOCA E SALADA DE PEPINO						ARROZ, ESTROGONOFE DE FRANGO SASSAMI C/ CALDO DE INHAME, FEIJÃO E SALADA DE TOMATE C/ ACELGA						RISOTO DE ATUM + SALADA DE TOMATE					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	413,1	27,44	3,65	63,88	24,2	1,72	511,37	17,53	11,66	82,76	66,88	2,18	451,35	32,62	9,01	58,36	49,49	3,61	490,39	32,27	12,8	63,75	31,54	2,92	467,63	32,81	8,69	62,29	52,92	3,01
Cardápio Data	<b>22/12/2025 À 03/02/2026</b>																													



**RECESSO ESCOLAR**



*Obs. Como Salada compreende-se as opções de Hortaliças dispostas no cardápio ao longo da semana.*

*Obs. Como LEGUMES compreende-se as opções dispostas no cardápio ao longo da semana.*

*\* Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020.*

*\* Cardápio sujeito a alteração*

Vanessa Sales de O. Rosa  
Nutricionista  
CRN-3 77837

Tereza Aparecida de Souza  
Nutricionista  
CRN-3 69965



**CARDÁPIO REFEIÇÃO VEGETARIANA - DEZEMBRO/2025**

Cardápio Data	Segunda 01/dez						Terça 02/dez						Quarta 03/dez						Quinta 04/dez						Sexta 05/dez					
Refeição	MACARRONADA COM BRÓCOLIS						SALADA DE TOMATE C/ ACELGA + FEIJÃO PRETO + ARROZ + FAROFA DE BANANA						SALADA DE ACELGA C/ PEPINO + ARROZ C/ VAGEM, FEIJÃO + MANDIOQ. COZ.						SALADA DE ACELGA C/ TOMATE, FEIJÃO, ARROZ + POLENTA						ARROZ / FEIJÃO + OMELETE DE FORNO C/ LEGUMES					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	270	10,9	3,7	51,5	54,3	1,0	299	6,1	2,5	61,8	30,9	0,4	328	8,4	2,9	64,0	44,4	1,3	390	8,5	3,1	82,8	29,8	0,8	525	16,0	18,3	72,6	102,76	2,9
Cardápio Data	Segunda 08/dez						Terça 09/dez						Quarta 10/dez						Quinta 11/dez						Sexta 12/dez					
Refeição	MACARRONADA COM JARDINEIRA						FEIJÃO PRETO ARROZ + FAROFA DE LENTILHA						SALADA DE PEPINO + ARROZ C/ BERINGELA/FEIJÃO/MANDIOCA COZ.						SOPA DE LEGUMES + FRUTA						SALADA: CENOURA C/ TOMATE + ARROZ/FEIJÃO/FAROFA DE OVOS					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	264	10,8	1,6	54,2	36,4	0,9	393	8,5	3,1	83,2	35,4	0,7	329	8,7	3,4	66,6	57,6	1,3	298	4,4	2,5	64,5	26,6	0,2	526	16,0	18,2	72,7	101,2	2,9
Cardápio Data	Segunda 15/dez						Terça 16/dez						Quarta 17/dez						Quinta 18/dez						Sexta 19/dez					
Refeição	MACARRONADA COM BRÓCOLIS						FEIJÃO PRETO ARROZ + FAROFA DE BANANA						SALADA DE PEPINO + ARROZ / FEIJÃO / INHAME COZ.						RISOTO DE PALMITO + SALADA DE ALFACE C/ TOMATE						SALADA DE TOMATE + RISOTO DE LEGUMES					
	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)	Kcal	Prot(g)	Lip(g)	CHO(g)	Ca(mg)	Fe(mg)
	264	10,8	1,6	54,2	36,4	0,9	399	8,6	3,6	84,0	29,6	0,9	299	8,9	2,9	59,2	52,4	1,5	298	4,4	2,5	64,5	26,6	0,2	525	16,0	18,3	72,6	102,76	2,9
Cardápio Data	<b>22/12/2025 À 03/02/2026</b>																													



RECESSO ESCOLAR



*Vanessa Sales de O. Lopes*  
Nutricionista  
CRN-3 77837

*Thais Alves M. Henriki*  
Nutricionista  
CRN-3 89964



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



**CARDÁPIO PEI - FUNDAMENTAL - FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS - DEZEMBRO/2025**

Cardápio Data/Horário	Segunda 01/dez	Terça 02/dez	Quarta 03/dez	Quinta 04/dez	Sexta 05/dez																									
Café Manhã 06:30h às 07h	LEITE COM CACAU + PÃO DE MEL	LEITE COM CACAU + BISCOITO INTEGRAL C/ REQUEIJÃO CASEIRO	LEITE COM CACAU + QUIBE DE FORNO COM LEGUMES	CHÁ + TORTA DE LEGUMES	SUCO DE POLPA + TORTA DE FRANGO																									
Lanche Manhã 09h às 09:30h	CANJICA	BANANA	LARANJA	MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BERINJELA, BATATA E TOMATE, LEGUMES + MELANCIA																									
Almoço 11h às 12h	RISOTO DE ATUM + SALADA DE TOMATE	ARROZ, ESTROGONOFE DE FRANGO SASSAMI C/ CALDO DE INHAME, FEIJÃO E SALADA DE TOMATE C/ ACELGA	ARROZ C/ VAGEM, FEIJÃO PRETO, SOBRECOXA DE FRANGO AO MOLHO COM MANDIOCA E SALADA DE ACELGA C/ PEPINO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COZIDA C/ PALMITO, POLENTA E SALADA DE ACELGA C/ TOMATE	REUNIÃO																									
Jantar 15h às 16h	MACARRONADA DE PEITO DE FRANGO + BANANA	RISOTO DE SOBRECOXA DE FRANGO COM INHAME E LEGUMES	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE EM CUBOS E LEGUMES	CANJA DE GALINHA (SASSAMI) COM LEGUMES																										
Composição Nutricional	Kcal 1173	Prot 60,9	Lip 27,5	CHO 158,7	Ca 356	Fe 5,66	Kcal 1206	Prot 55,6	Lip 31,6	CHO 163,6	Ca 401	Fe 3,41	Kcal 1281	Prot 76,7	Lip 27,7	CHO 168,8	Ca 382	Fe 5,96	Kcal 1151,47	Prot 60,3	Lip 26,34	CHO 168,87	Ca 322,8	Fe 4,08	Kcal 846,02	Prot 29,01986	Lip 13,10993	CHO 151,5544	Ca 261,0654	Fe 4,467733
Cardápio Data/Horário	Segunda 08/dez	Terça 09/dez	Quarta 10/dez	Quinta 11/dez	Sexta 12/dez																									
Café Manhã 06:30h às 07h	LEITE COM CACAU + PÃO DE MEL	LEITE COM CACAU + BISCOITO INTEGRAL C/ REQUEIJÃO CASEIRO	LEITE COM CACAU + QUIBE DE FORNO COM LEGUMES	CHÁ + BOLO SEM RECHEIO	CANJICA																									
Lanche Manhã 09h às 09:30h	LARANJA	MAÇÃ	LARANJA	MAÇÃ	MEXIDÃO DE ARROZ C/ OVOS, FEIJÃO E LEGUMES + SALADA DE TOMATE																									
Almoço 11h às 12h	ARROZ, FEIJÃO, SOBRECOXA COM BERINJELA, CHEIRO VERDE E BATATA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA DE ISCAS SUÍNAS	ARROZ, FEIJÃO PRETO, ISCAS DE PATINHO COM MANDIOCA E SALADA DE PEPINO	ARROZ, ESTROGONOFE DE FRANGO SASSAMI C/ CALDO DE INHAME, FEIJÃO E SALADA DE TOMATE C/ ACELGA	REUNIÃO																									
Jantar 15h às 16h	MACARRONADA COM ALMÔNDEGA 100% DE CARNE BOVINA E LEGUMES	CANJA DE GALINHA (PEITO) COM LEGUMES	RISOTO DE FRANGO SASSAMI COM LEGUMES	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE EM CUBOS E LEGUMES																										
Composição Nutricional	Kcal 1230	Prot 53,8	Lip 37,8	CHO 157,8	Ca 359	Fe 4,53	Kcal 1174	Prot 53,8	Lip 29,0	CHO 163,8	Ca 330	Fe 3,57	Kcal 1158	Prot 55,4	Lip 25,4	CHO 166,2	Ca 327	Fe 5,91	Kcal 1091	Prot 49,5	Lip 20,7	CHO 176,6	Ca 110	Fe 5,50	Kcal 672	Prot 25,0	Lip 15,4	CHO 99,5	Ca 231	Fe 2,47

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Observação: Como legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

\* Cardápio sujeito a alteração

Vânia Sales de O. Rosa  
Nutricionista  
CRN-3 77837

Thais Aquino de Henriques  
Nutricionista  
CRN-3 69165

**CARDÁPIO PEI - FUNDAMENTAL - FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS - DEZEMBRO/2025**

Cardápio Data/Horário	Segunda 15/dez	Terça 16/dez	Quarta 17/dez	Quinta 18/dez	Sexta 19/dez																									
<b>Café Manhã</b> 06:30h às 07h	LEITE COM CACAU + PÃO DE MEL	LEITE COM CACAU + BISCOITO INTEGRAL C/ REQUEIJÃO CASEIRO	LEITE COM CACAU + QUIBE DE FORNO COM LEGUMES	CHÁ + BOLO SEM RECHEIO	CANJICA																									
<b>Lanche Manhã</b> 09h às 09:30h	MAÇÃ	PÃO DE QUEIJO	LARANJA	MELANCIA	RISOTO DE ATUM + SALADA DE TOMATE																									
<b>Almoço</b> 11h às 12h	ARROZ, FEIJÃO, SOBRECOXA COM CHEIRO VERDE E BATATA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA DE ISCAS SUÍNAS + LARANJA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, ISCAS DE PATINHO COM MANDIOCA E SALADA DE PEPINO	ARROZ, ESTROGONOFE DE FRANGO SASSAMI C/ CALDO DE INHAME, FEIJÃO E SALADA DE TOMATE C/ ACELGA	REUNIÃO																									
<b>Jantar</b> 15h às 16h	MACARRONADA COM ALMÔNDEGA 100% DE CARNE BOVINA E LEGUMES	CANJA DE GALINHA (PEITO) COM LEGUMES	RISOTO DE FRANGO SASSAMI COM LEGUMES	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE MOÍDA E LEGUMES																										
<b>Composição</b>	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
<b>Nutricional</b>	1133	60,8	25,4	153,1	312	4,71	1227,43	49,29	38,29	160,6	366,74	4,64	1151,51	69,3	26,9	146,81	360,97	6,1	1186,00	65,9	28,15	157,55	307,82	3,97	716,65	22,3	8,7	138,52	92	3,71

**Cardápio**  
Data/Horário **22/12/2025 À 03/02/2026**



**RECESSO ESCOLAR**



Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Cardápio elaborado em conformidade com a Resolução CD/FNDE nº 6, de 8 de Maio de 2020, e alinhado às diretrizes do Guia Alimentar para População Brasileira, visando garantir uma alimentação saudável, equilibrada e adequada para o desenvolvimento das crianças.

Observação: Como legumes entende-se no mínimo 2 opções dispostas ao longo do cardápio da semana.

\* Cardápio sujeito a alteração

*Vanessa Sales de O. Lopes*  
Nutricionista  
CRN-3 77837

*Thais Aguiar de Mendonça*  
Nutricionista  
CRN-3 69145



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE JUQUIÁ  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



**CARDÁPIO CAES - DEZEMBRO/2025**

Cardápio Data	Segunda 01/dez						Terça 02/dez						Quarta 03/dez						Quinta 04/dez						Sexta 05/dez											
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Frango + Fruta						REUNIÃO											
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Frango + Fruta																	
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	405,73	11,85	14,97	47,05	274,81	0,66	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48	404	7,3	12,87	66,4	22	1,69												
Cardápio Data	Segunda 08/dez						Terça 09/dez						Quarta 10/dez						Quinta 11/dez						Sexta 12/dez											
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Legumes + Fruta						REUNIÃO											
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Fubá + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Legumes + Fruta																	
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	405,73	11,85	14,97	47,05	274,81	0,66	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48	449,77	12,33	15,92	68,05	202,02	2,06												
Cardápio Data	Segunda 15/dez						Terça 16/dez						Quarta 17/dez						Quinta 18/dez						Sexta 19/dez											
Lanche Manhã	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Banana + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Frango + Fruta						REUNIÃO											
Lanche Tarde	Leite com cacau + Pão de Mel + Fruta						Chá + Bolo de Banana + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Torta de Frango + Fruta																	
Composição Nutricional	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe
	438	11,9	11,8	61,6	262	0,80	459	12,5	11,8	66,9	263	0,95	432	12,0	21,0	41,6	285	0,48	404	7,3	12,87	66,4	22	1,69												

Cardápio Data **22/12/2025 À 03/02/2026**



**RECESSO ESCOLAR**



Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Vanessa Sales de O. Rosa  
Nutricionista  
CRN-3 77837

Taisis Alves M. Mendes  
Nutricionista  
CRN-3 09965