

CARDÁPIO BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 1 ANO - FEVEREIRO/2026

Cardápio Data/Horário	Segunda 02/fev						Terça 03/fev						Quarta 04/fev						Quinta 05/fev						Sexta 06/fev																	
Lanche Manhã 08h às 08:30h	FÉRIAS ESCOLARES																								Leite + Papinha de Mingau de Aveia						Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Maçã					
Almoço 10h às 10:30h																									Papinha de: Risoto de Palmito + Frango desfiado c/ legumes + Feijão						Papinha de: Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho c/ Mandioca + Repolho Refogada						Papinha de: Arroz, Feijão, Omelete c/ Cheiro verde e Tomate e Salada de Tomate					
Lanche Tarde 13:30h às 14h																									Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Pera					
Jantar 15h às 15:30h																									Leite						Leite						Leite					
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												

CARDÁPIO BERÇÁRIO - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 1 ANO - FEVEREIRO/2026

Cardápio Data/Horário	Segunda 16/fev						Terça 17/fev						Quarta 18/fev						Quinta 19/fev						Sexta 20/fev					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	PONTO FACULTATIVO						FERIADO						PLANEJAMENTO						PLANEJAMENTO											
Almoço 10h às 10:30h																														
Lanche Tarde 13:30h às 14h																														
Jantar 15h às 15:30h																														
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
Cardápio Data/Horário	Segunda 23/fev						Terça 24/fev						Quarta 25/fev						Quinta 26/fev						Sexta 27/fev					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Banana						Leite + Papinha de Maçã						Leite + Papinha de Mamão						Leite + Papinha de Maçã					
Almoço 10h às 10:30h	Papinha de: Macarrão, Feijão, Carne Moída com Batata e Tomate						Papinha de: Feijão Preto, Arroz, Carne Flocada e Salada de Couve + tomate						Papinha de: Arroz, Feijão, Carne em cubos c/Abobrinha + Salada de Acelga c/ Pepino						Papinha de: Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Batata Cozida + Couve Refogada						Papinha de: Arroz, Feijão, Ovos mexidos + Salada de Pepino + Tomate					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Papinha de Mamão						Leite + Laranja						Leite + Papinha de Mamão						Leite + Papinha de Maça						Mingau de Aveia + Banana Picada					
Jantar 15h às 15:30h	Leite						Leite						Leite						Leite						Leite					
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
	738,631	36,2572	24,54267	96,0523	732,121	2,65853	697	34,7	29,6	74,9	793	1,72	690	37,2	24,6	81,4	736	2,48	701	39,8	26,4	77,5	732	2,59	685	28,7	30,5	73,3	600	2,54

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

CARDÁPIO CEI - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 1 ANO A 3 ANOS - FEVEREIRO 2026

Cardápio Data/Horário	Segunda 02/fev	Terça 03/fev	Quarta 04/fev	Quinta 05/fev	Sexta 06/fev																									
Lanche Manhã 08h às 08:30h	FÉRIAS			Mingau de Aveia Banana	Leite + Quibinho de Forno c/ Carne Moida	Leite + Cereal s/ açúcar + Maça																								
Almoço 10h às 10:30h				Risoto de Palmito + Frango desfiado c/ legumes + Feijão	Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho c/ Mandioca + Salada Repolho	Arroz, Feijão, Omelete c/ Cheiro verde Tomate + Repolho refogado																								
Lanche Tarde 13:30h às 14h				Leite + Banana	Leite + Maça	Leite + Pera																								
Jantar 15h às 15:30h				Sopa de Macarrão c/ Carne em Cubos e Legumes (abobrinha, Batata)	Macarrão a bolonhesa rico, Salada de repolho e tomate	Risoto de Atum + salada de tomate																								
Composição																														
Nutricional																														
			Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe										
			1037	57,6	27,0	134,3	551	5,26	808	43,5	27,0	97,9	570	4,17	920	39,6	24,1	116,3	611	2,62										
Cardápio Data/Horário	Segunda 09/fev	Terça 10/fev	Quarta 11/fev	Quinta 12/fev	Sexta 13/fev																									
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Mingau de Aveia c/ uva-passas	Leite + Cereal s/ açúcar + Banana	Leite + Quibinho de Forno c/ Carne Moida	Leite + Torta de Frango	Leite + Cereal s/ açúcar + Maça																									
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Sobrecoxa com Abobrinha Cheiro Verde	Arroz, Feijão Preto, Carne Flocada + Repolho Refogada	Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Repolho + Tomate	Arroz, Feijão, Frango c/ Batata e Salada de Tomate	Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Brócolis, Feijão + Salada de Repolho com Tomate																									
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Banana	Leite + Maça	Leite + Pera	Leite + Maça	Mingau de Aveia + Banana Picada																									
Jantar 15h às 15:30h	Macarronada com Almôndega 100% de Carne Bovina e Legumes	Sopa de Macarrão, Frango Sassami cozido ao Molho com Brocolis Refogado	Risoto de Palmito c/ Peito de Frango desfiado (brócolis, Abobrinha, tomate)	Purê de Mandioca com Carne em Cubos desfiada c/ Tomate e Brócolis Refogado	Sopa de Macarrão c/ Paleta em Tiras e Legumes																									
Composição	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe	Kcal	Prot	Lip	CHO	Ca	Fe						
Nutricional	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	965,8425	43,7847	20,38363	125,224	670,691	5,284867

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.

*Bater o mingau de aveia c/ uva-passas no liquidificador antes de engrossar.

Vanessa Sales de O. Rego
Nutricionista
CRM-3 77837

*** Cardápio sujeito a alteração**

CARDÁPIO CEI - PERÍODO INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA: 1 ANO A 3 ANOS - FEVEREIRO/2026

Cardápio Data/Horário	Segunda 16/fev						Terça 17/fev						Quarta 18/fev						Quinta 19/fev						Sexta 20/fev					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	PONTO FACULTATIVO						FERIADO						PLANEJAMENTO						PLANEJAMENTO						PLANEJAMENTO					
Almoço 10h às 10:30h																														
Lanche Tarde 13:30h às 14h																														
Jantar 15h às 15:30h																														
Composição	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
Nutricional																														
Cardápio Data/Horário	Segunda 23/fev						Terça 24/fev						Quarta 25/fev						Quinta 26/fev						Sexta 27/fev					
Lanche Manhã 08h às 08:30h	Mingau de Aveia Banana						Leite + Cereal s/ açúcar + Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Carne Moida						Leite + Torta de Frango						Leite + Cereal s/ açúcar + Maça					
Almoço 10h às 10:30h	Macarrão, Feijão, Carne Moída com Batata e Tomate						Feijão Preto, Arroz, Carne Flocada + Couve Refogada						Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/ Abobrinha e Salada de Acelga						Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Batata Cozida e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Ovos mexidos + Salada de Pepinho + Tomate					
Lanche Tarde 13:30h às 14h	Leite + Mamão						Leite + Laranja						Leite + Mamão						Leite + Maça						Mingau de Aveia + Banana Picada					
Jantar 15h às 15:30h	Macarrão c/ Peito de Frango desfiado com Jardineira						Sopa de Macarrão, Frango Sassami cozido ao Molho com Brocolis Refogado						Galinhada (arroz, frango, brócolis, e tomate)						Risoto de Palmito com Legumes (brócolis, tomate)						Sopa de Macarrão c/ Carne em Cubos e Legumes (Batata)					
Composição	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
Nutricional	907,1525	51,00163	28,45617	112,0549	522,8549	3,515433	977	57,1	31,2	118,7	617	4,27	933	49,7	43,6	99,9	570	4,95	859	60,3	24,1	98,3	570	3,21	1048	49,5	31,4	141,0	420	6,28

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




Vanessa Sales de O. Gomes
Nutricionista
CRN-3 77837



CARDÁPIO - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA: 3 ANOS A 5 ANOS - FEVEREIRO/2026

Cardápio Data/Horário	Segunda 02/fev						Terça 03/fev						Quarta 04/fev						Quinta 05/fev						Sexta 06/fev																	
DESJEJUM	FÉRIAS																								Mingau de Aveia Banana						Leite + Cereal s/ açúcar + Maça						Leite + Biscoito					
REFEIÇÃO																									Risoto de Palmito + Frango desfiado c/ legumes + Feijão						Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho c/ Mandioca + Repolho						Arroz, Feijão, Omelete c/ Cheiro verde Tomate + salada de Pepino e Acelga					
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												
Cardápio Data/Horário	Segunda 09/fev						Terça 10/fev						Quarta 11/fev						Quinta 12/fev						Sexta 13/fev																	
DESJEJUM	Leite + Biscoito						Mingau de Aveia + Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Carne Moida						Leite + Torta de Frango						Leite + Cereal s/ açúcar + Maça																	
REFEIÇÃO	Macarronada com Almôndega 100% de Carne Bovina e Legumes						Arroz, Feijão Preto, Carne flocada + Couve Refogada						Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca, e Salada de Repolho + Tomate						Arroz, Feijão, Frango c/ Batata e Salada de Tomate c/ Acelga						Mexidão de Arroz c/ Ovos c/ Brócolis, Feijão + Salada de Pepino com Tomate																	
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												
	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												
Cardápio Data/Horário	Segunda 16/fev						Terça 17/fev						Quarta 18/fev						Quinta 19/fev						Sexta 20/fev																	
DESJEJUM	Planejamento																																									
REFEIÇÃO																																										
Composição Nutricional																																										
Cardápio Data/Horário	Segunda 23/fev						Terça 24/fev						Quarta 25/fev						Quinta 26/fev						Sexta 27/fev																	
DESJEJUM	Leite + Biscoito						Mingau de Aveia + Banana						Leite + Quibinho de Forno c/ Carne Moida						Leite + Torta de Frango						Leite + Cereal s/ açúcar + Fruta																	
REFEIÇÃO	Macarrão, Feijão, Carne Moída com Batata e Tomate						Feijão Preto, Arroz, Carne Flocada + Couve Refogada						Arroz, Feijão, Carne em Cubos c/Abobrinha e Salada de Acelga						Arroz, Feijão, Iscas de Patinho c/ Batata Cozida e Salada de Repolho						Arroz, Feijão, Ovos mexidos + Salada de Pepino + Tomate																	
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												
	477,423	26,3777	17,1179	53,6612	276,689	2,56617	559,277	32,906	18,4472	66,1106	346,369	2,17273	516,046	27,1085	32,8753	56,3777	301,383	4,24287	503,436	37,5479	13,6793	56,1823	281,686	2,5766	520,393	18,7176	19,4635	65,0841	205,762	2,82817												

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 do 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.

Vinícius Sales de O. Gomes
Nutricionista
CRN-5 71837



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



CARDÁPIO CAES - FEVEREIRO/2026

Cardápio Data	Segunda 02/fev						Terça 03/fev						Quarta 04/fev						Quinta 05/fev						Sexta 06/fev																													
Lanche Manhã	FÉRIAS																								Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Leite com cacau + Pipoca + Fruta						REUNIÃO																	
Lanche Tarde																									Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Leite com cacau + Pipoca + Fruta																							
Composição Nutricional													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																														
Cardápio Data	Segunda 09/fev						Terça 10/fev						Quarta 11/fev						Quinta 12/fev						Sexta 13/fev																													
Lanche Manhã	Leite com cacau + Biscoito						Suco de Polpa + Empanado de Frango assado + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pipoca + Fruta						REUNIÃO																													
Lanche Tarde	Leite com cacau + Biscoito						Suco de Polpa + Empanado de Frango assado + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pipoca + 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																								
	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 16/fev						Terça 17/fev						Quarta 18/fev						Quinta 19/fev						Sexta 20/fev																													
Lanche Manhã	PONTO FACULTATIVO																								FERIADO						PLANEJAMENTO																							
Lanche Tarde																																																						
Composição Nutricional																																																						
Cardápio Data	Segunda 23/fev						Terça 24/fev						Quarta 25/fev						Quinta 26/fev						Sexta 27/fev																													
Lanche Manhã	Leite com cacau + Biscoito						Suco de Polpa + Empanado de Frango assado + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pão de mel + Fruta						REUNIÃO																													
Lanche Tarde	Leite com cacau + Biscoito						Suco de Polpa + Empanado de Frango assado + Fruta						Leite com cacau + Pão de Queijo + Fruta						Suco de Polpa + Pipoca + 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																								
	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																														

Oferecer água para as crianças nos intervalos das refeições.

Thelma da Glória
Nutricionista
CRN-3 77837

Vanessa Sáez de O. Dias
Nutricionista
CRN-3 77837

Thelma da Glória
Nutricionista
CRN-3 77837

CARDÁPIO DESJEJUM - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS - FEVEREIRO/2026

Cardápio Data	Segunda 02/fev						Terça 03/fev						Quarta 04/fev						Quinta 05/fev						Sexta 06/fev																							
Desjejum	FÉRIAS																								LEITE C/ CACAU EM PÓ + FRUTA						LEITE C/ POLPA + BISCOITO						CANJICA + FRUTA											
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)
Nutricional																									319,58	13,007	12,5313	29,981	358,16	0,4173	319,58	13,007	12,5313	29,981	358,16	0,4173	12,237	0,1867	0,04533	3,1195	5,4152	0,1429						
Cardápio Data	Segunda 09/fev						Terça 10/fev						Quarta 11/fev						Quinta 12/out						Sexta 13/out																							
Desjejum	LEITE C/ POLPA + BISCOITO						LEITE C/ CACAU + FRUTA						QUIBE DE FORNO + SUCO DE POLPA						LEITE C/ CACAU + FRUTA						CANJICA + FRUTA																							
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	287,54	12,518	12,4905	21,634	356,96	0,296	327,72	12,466	13,821	39,16	356,96	0,8637	251,49	12,466	11,5541	26,7	375,54	0,7545	479,58	16,334	21,8243	44,168	365,47	0,9205	275,1	6,391	1,854	59,849	40,473	40,473																		
Cardápio Data	Segunda 16/fev						Terça 17/fev						Quarta 18/fev						Quinta 19/fev						Sexta 20/fev																							
Desjejum	PONTO FACULTATIVO						FERIADO						PLANEJAMENTO																																			
Composição																																																
Nutricional																																																
Cardápio Data	Segunda 23/fev						Terça 24/fev						Quarta 25/fev						Quinta 26/fev						Sexta 27/fev																							
Desjejum	LEITE C/ POLPA + BISCOITO						LEITE C/ CACAU + FRUTA						QUIBE DE FORNO + SUCO DE POLPA						LEITE C/ CACAU + PÃO DE QUEIJO						LEITE C/ CACAU + FRUTA																							
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	287,54	12,518	12,4905	34,5	356,96	0,296	327,72	12,466	13,821	39,16	356,96	0,296	336,09	4,6033	12,793	50,983	90,438	0,6319	418,61	17,946	26,5259	17,131	511,79	0,2783	235,48	5,7852	1,84067	49,439	45,192	1,7879																		

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

Fabiana de Oliveira
Nutricionista
CRN-3 77837

Vanessa Sales de O. Silva
Nutricionista
CRN-3 77837

Thais Aguiar de F. Mendes
Nutricionista
CRN-3 68662

CARDÁPIO REFEIÇÃO - PERÍODO PARCIAL - FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS - FEVEREIRO/2026

Cardápio Data	Segunda 02/fev	Terça 03/fev	Quarta 04/fev	Quinta 05/fev	Sexta 06/fev
Refeição	FÉRIAS		MACARRÃO A BOLONHESA	ARROZ, FEIJÃO, ISCAS DE PATINHO C/ ABOBRINHA COZIDA E SALADA DE REPOLHO	RISOTO DE PALMITO C/ FRANGO DESFIADO + SALADA DE TOMATE + FRUTA
			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)
			451,35 32,62 9,01 58,36 49,49 3,61	407,21 19,226 7,65115 73,507 52,382 3,06013	306,02 17,795 5,4077 44,91 34,366 0,89148
Cardápio Data	Segunda 09/fev	Terça 10/fev	Quarta 11/fev	Quinta 12/out	Sexta 13/out
Refeição	MACARRÃO AO SUGO C/ PEITO DE FRANGO DESFIADOS LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO PRETO, CARNE MOIDA C/ BATATA, SALADA TOMATE E REPOLHO	ARROZ, FEIJÃO PRETO, ISCAS DE PATINHO COM MANDIOCA, E SALADA DE COUVE + FRUTA	ARROZ, ESTROGONOFE DE FRANGO SASSAMI C/ CALDO DE MANDIOCA E, FEIJÃO E SALADA DE TOMATE C/ REPOLHO	RISOTO DE ATUM + SALADA DE TOMATE + FRUTA
	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 16/fev	Terça 17/fev	Quarta 18/fev	Quinta 19/fev	Sexta 20/fev
Refeição	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PLANEJAMENTO		
Cardápio Data	Segunda 23/fev	Terça 24/fev	Quarta 25/fev	Quinta 26/fev	Sexta 27/fev
Refeição	MACARRÃO AO SUGO C/ PEITO DE FRANGO DESFIADO COM ABOBRINHA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, ISCA DE PATINHO COM CHEIRO VERDE E LEGUMES (TOMATE, PEPINO)	ARROZ, FEIJÃO PRETO, SOBRECORA COZIDA AO MOLHO C/ BATATA + SALADA DE TOMATE E REPOLHO + FRUTA	ARROZ, ESTROGONOFE DE CARNE C/ CALDO DE INHAME, FEIJÃO E SALADA DE TOMATE C/ ACELGA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS CHERO VERDE, TOMATE E LEGUMES + FRUTA
	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	421,3 26,82 7,25 58,97 25,45 1,31

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

Nutricionista
C.R.N. 3 1787

Supervisora
C.R.N. 3 1713

Coordenadora
C.R.N. 3 1816

CARDÁPIO REFEIÇÃO VEGETARIANA - FEVEREIRO/2026

Cardápio Data	Segunda 02/fev	Terça 03/fev	Quarta 04/fev	Quinta 05/fev	Sexta 06/fev
Refeição	FÉRIAS		SALADA DE TOMATE C/ ALFACE + ARROZ/FEIJÃO PRETO/MANDIOCA	MACARRONADA COM LEGUMES	COUVE REFOGADA + FEIJÃO PRETO ARROZ + SALADA REPOLHO/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)
Cardápio Data	Segunda 09/fev	Terça 10/fev	Quarta 11/fev	Quinta 12/fev	Sexta 13/fev
Refeição	MACARRONADA COM JARDINEIRA	COUVE REFOGADA + FEIJÃO PRETO ARROZ + FAROFA DE LENTILHA	SALADA DE BETERRABA + ARROZ / FEIJÃO PRETO/ MANDIOCA COZ.	SALADA DE TOMATE C/ REPOLHO ARROZ/FEIJÃO/ABOBRINHA COZ.	MEXIDÃO DE ARROZ C/ OVOS, FEIJÃO E LEGUMES + SALADA DE CENOURA COM 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)
	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 16/fev	Terça 17/fev	Quarta 18/fev	Quinta 19/fev	Sexta 20/fev
Refeição	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PLANEJAMENTO		
Cardápio Data	Segunda 23/fev	Terça 24/fev	Quarta 25/fev	Quinta 26/fev	Sexta 27/fev
Refeição	MACARRONADA COM BRÓCOLIS	COUVE REFOGADA + FEIJÃO PRETO ARROZ + FAROFA DE LENTILHA	SALADA DE TOMATE C/ REPOLHO + ARROZ/FEIJÃO PRETO/ BATATA COZ.	SOPA DE FEIJÃO C/ ABÓBORA, REPOLHO + FRUTA	ARROZ / FEIJÃO + OVOS MEXIDOS COM CHUCHU, LEGUMES E SALADA DE REPOLHO C/ 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)
	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	380,02 11,38 4,25 77,58 92,94 2,97	298 6,1 2,5 61,6 30,6 0,4

Vanessa Sales de O. Lopes
Nutricionista
CRN-3 77837

Thais Alves de Mendonça
Nutricionista
CRN-3 81165

Thais Alves de Mendonça
Nutricionista
CRN-3 81165

CARDÁPIO PROGRAMA DE ENSINO INTEGRAL (PEI) - FUNDAMENTAL - FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS - FEVEREIRO/2026

Cardápio Data/Horário	Segunda 02/fev	Terça 03/fev	Quarta 04/fev	Quinta 05/fev	Sexta 06/fev																									
Café Manhã 06:30h às 07h	FÉRIAS			Suco de Polpa + Biscoito de Cacau Integral	Leite com Cacau + Quibe de forno com Legumes	Canjica																								
Lanche Manhã 09h às 09:30h				Banana	Pipoca + Maçã	Feijão, Arroz, Carne Moída c/ Legumes + Salada de Tomate																								
Almoço 11h às 12h				Arroz, Feijão Preto, Sobrecoxa de Frango Cozido c/ Abobrinha, Cheiro Verde e Salada de Repolho	Risoto de Atum + Salada de Tomate com Palmito	REUNIÃO																								
Jantar 15h às 16h				Sopa de Feijão com caldo de Mandioca, Carne em Cubos e Legumes	Macarrão ao Sugo c/ Peito de Frango Desfiado com Legumes																									
Composição Nutricional			Kcal 1160	Prot 53,9	Lip 31,2	CHO 150,4	Ca 366	Fe 3,97	Kcal 1226,20	Prot 68,0655	Lip 22,56017	CHO 177,0029	Ca 383,3623	Fe 5,158533	Kcal 530,93	Prot 22,51576	Lip 7,896367	CHO 92,16526	Ca 119,4908	Fe 1,003475										
Cardápio Data/Horário	Segunda 09/fev	Terça 10/fev	Quarta 11/fev	Quinta 12/fev	Sexta 13/fev																									
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito de Cacau Integral	Canjica	Suco de Polpa + Quibe de forno com Legumes	Mingau de Aveia + FRUTA	Leite com Polpa + Biscoito																									
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Banana	Maçã	Banana	Laranja	Pipoca + Maçã																									
Almoço 11h às 12h	Arroz com Vagem, Feijão, Sobrecoxa com Cheiro Verde e Abobrinha refogada	Arroz, Feijão Preto, Carne flocada e Repolho Refogada	Arroz, Feijão Preto, Iscas de Patinho com Mandioca e Salada Palmito + tomate	Arroz, Frango c/ Abobrinha, Feijão e Salada de Tomate + Maçã	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 Moída 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

Secretaria Municipal de Educação
Juquiá - RJ

Coordenadora de Ensino Fundamental
Juquiá - RJ

Coordenadora de Ensino Fundamental
Juquiá - RJ

CARDÁPIO PROGRAMA DE ENSINO INTEGRAL (PEI) - FUNDAMENTAL - FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS - FEVEREIRO/2026

Cardápio Data/Horário	Segunda 16/fev	Terça 17/fev	Quarta 18/fev	Quinta 19/fev	Sexta 20/fev																									
Café Manhã 06:30h às 07h	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PLANEJAMENTO																											
Lanche Manhã 09h às 09:30h																														
Almoço																														
Composição																														
Nutricional																														
Cardápio Data/Horário	Segunda 23/fev	Terça 24/fev	Quarta 25/fev	Quinta 26/fev	Sexta 27/fev																									
Café Manhã 06:30h às 07h	Leite com Cacau + Biscoito de Cacau Integral	Canjica	Suco de Polpa + Quibe de forno com Legumes	Mingau de Aveia + FRUTA	Leite com Polpa + Biscoito																									
Lanche Manhã 09h às 09:30h	Banana	Pipoca + Maçã	Banana	Maça	Arroz, Feijão, Ovos mexidos com tomate cheiro verde																									
Almoço 11h às 12h	Arroz, Feijão, Carne Moída com Batata e Cheiro Verde	Arroz, Feijão Preto, Carne Flocada Com Cheiro Verde E Legumes (Acelga, e Tomate)	Arroz, Feijão Preto, Frango Sobrecoxa Cozido ao Molho c/ Batata + Salada de Tomate e Pepino	Arroz, Feijão, Iscas de Patinho Cozida e Salada de Tomate e Couve	REUNIÃO																									
Jantar 15h às 16h	Macarrão ao Sugo c/ Peito de Frango Desfiado com Legumes	Sopa de Macarrão c/ Carne Moída e Legumes	Sopa de Feijão com Carne em Cubos e Legumes	Galinhada																										
Composição	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
Nutricional	1132	61,3	26,7	149,8	303	5,26	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

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 da 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. Spas
Nutricionista
CRN-3 77837




Tais Aparecida Mendes
Nutricionista
CRN-3 68965