

*Programa de Alimentação Escolar*  
CARDÁPIO  
**“Pré Escola Centro de Educação Santa Rita e  
Ensino Fundamental”**

Período Integral



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE ABRIL/2024

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 01/04/2024	3ª FEIRA 02/04/2024	4ª FEIRA 03/04/2024	5ª FEIRA 04/04/2024	6ª FEIRA 05/04/2024
DESJEJUM 7:15 a 7:30	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	CHÁ MATE, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, BISCOITO ÁGUA E SAL	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ COLORICO COM OVO (ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ALFACE COM TOMATE	ARROZ/ FEIJÃO/ PEITO DE FRANGO DESFIADO COM LEGUMES CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: CHICÓRIA COM TOMATE FRUTA: MAÇÃ	ARROZ/ FEIJÃO/ PERNIL SUÍNO ACEBOLADO/ LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE E RUCÚLA FRUTA: LARANJA	ARROZ/ FEIJÃO/ FRANGO EM TIRA ACEBOLADO / LEGUMES (CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: PEPINO COM TOMATE	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ FILÉ DE TILÁPIA AO Forno COM BATATAS (FILÉ DE TILÁPIA, BATATA INGLESA, TOMATE, PIMENTÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ALFACE
LANCHE 13:00 às 13:30	BANANA NANICA PICADINHA	MANGA PICADINHA	ABACAXI PICADINHO	MAMÃO PICADINHO	LARANJA PICADINHA
LANCHE II 15:30 às 16:00	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO COM LEGUMES E PEITO DE FRANGO DESFIADO (ABOBRINHA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE)	MACARRÃO COLORIDO (PERNIL SUÍNO) E ABÓBORA CABOTIÁ, ABOBRINHA E CEBOLA)	PÃO FRANCÊS COM MUSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE / CHÁ MATE	POLENTEA COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE (FUBÁ, COUVE MANTEIGA E ALHO)	MINGAU DE CACAU EM PÓ

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos )	721	110,61	31,56	15,85	589,61	9,07	347,17	5,01	128,01	5,63	84,01	257,81

*JRosa*

Janaina Rosa F. Silva  
Nutricionista  
CRN3 - 39036



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE ABRIL/2024

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 08/04/2024	3ª FEIRA 09/04/2024	4ª FEIRA 10/04/2024	5ª FEIRA 11/04/2024	6ª FEIRA 12/04/2024
DESJEJUM 7:15 a 7:30	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	CHÁ MATE, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, BISCOITO MAISENA
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM CHUCHU (CEBOLA E CHEIRO VERDE) / BATATA DOCE REFOGADA SA:TOMATE	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECAXA ASSADA / LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE COM PEPINO FRUTA: LARANJA	ARROZ/ FEIJÃO/ PERNIL SUÍNO ACEBOLADO/ LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE E RUCÚLA	ARROZ/ FEIJÃO/ CARNE BOVINA (CUBOS) COM LEGUMES (ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: REPOLHO COM ALMEIRÃO	MACARRO AO MOLHO DE TOMATE/ PEITO DE FRANGO DESIADO/ LEGUMES REFOGADO (ABÓBORA SECA), CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ALFACE E PEPINO SA:ALFACE
LANCHE 13:00 às 13:30	LARANJA PICADINHA	MAÇÃ PICADINHA	BANANA NANICA PICADINHA	ABACAXI PICADINHO	BANANA NANICA PICADINHA
LANCHE II 15:30 às 16:00	RISOTO DE LEGUMES COM PEITO DE FRANGO (BATATA INGLESA, ABÓBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	BOLO FUBÁ / CHÁ MATE	CANJA (ARROZ/ PEITO DE FRANGO/CENOURA/ ABOBRINHA/ CEBOLA/ CHEIRO VERDE)	PÃO FRANCÊS COM MUSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE / SUCO DE LARANJA	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO COM LEGUMES E PEITO DE FRANGO DESFIADO (ABOBRINHA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE)

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATUREZAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	769	117,88	36,34	17,16	674,69	10,03	339,95	5,31	122,92	5,35	90,80	294,20

JRosa

Janaina Rosa F. Silva  
Nutricionista  
CRN3 - 39036



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE ABRIL/2024

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 15/04/2024	3ª FEIRA 16/04/2024	4ª FEIRA 17/04/2024	5ª FEIRA 18/04/2024	6ª FEIRA 19/04/2024
<b>DESJEJUM 7:15 a 7:30</b>	CHÁ MATE, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, BISCOITO ÁGUA E SAL	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
<b>ALMOÇO: 10:00 às 10:30</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ MUSC. MOIDO COM CHUCHU (CEBOLA E CHEIRO VERDE) / BATATA DOCE REFOGADA SA:TOMATE FRUTA: ABACAXI	POLENTA COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE (FUBÁ, COUVE MANTEIGA E ALHO) SA: ALMEIRÃO COM REPOLHO	RISOTO DE LEGUMES PERNIL SUÍNO / (ARROZ, PERNIL SUÍNO, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: CHICÓRIA COM TOMATE	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECAXA DE PANELA / PURÊ DE BATATA / REPOLHO REFOGADO COM TOMATE E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM LEGUMES (CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE COM TOMATE
<b>LANCHE 13:00 às 13:30</b>	BANANA NANICA PICADINHA	MELANCIA PICADINHA	LARANJA PICADINHA	BANANA PICADINHA	MANGA PICADINHA
<b>LANCHE II 15:30 às 16:00</b>	ARROZ COLORIDO COM OVO (ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE)	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECAXA ASSADA / LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE)	PÃO FRANCÊS COM MUSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE / SUCO DE MANGA	SOPA DE FEIJÃO COM MACARRÃO COM LEGUMES E PEITO DE FRANGO DESFIADO (ABOBRINHA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE)	CANJA (ARROZ/ PEITO DE FRANGO/CENOURA/ ABOBRINHA/ CEBOLA/ CHEIRO VERDE)

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	824,30	124,89	36,90	20,10	650,19	9,46	441,40	5,42	125,77	5,36	78,81	304,82

*JRosa*

Janaina Rosa F. Silva  
Nutricionista  
CRN3 - 39036



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE ABRIL/2024

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 22/04/2024	3ª FEIRA 23/04/2024	4ª FEIRA 24/04/2024	5ª FEIRA 25/04/2024	6ª FEIRA 26/04/2024
DESJEJUM 7:15 a 7:30	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, BISCOITO MAISENA	CHÁ MATE, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	MACARRÃO COM PEITO DE FRANGO E LEGUMES (PEITO DE FRANGO, MACARRÃO, CENOURA, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA:ALFACE	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE COM PEPINO SA: ALMEIRÃO COM REPOLHO FRUTA:PICADINHO ABACAXI	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECOXA DE PANELA / CHUCHU GRATINADO(CEBOLA E CHEIRO VERDE) / REPOLHO REFOGADO SA:TOMATE	ARROZ/ FEIJÃO/ MUSC. MOÍDO COM BATATA E CENOURA (CEBOLA E CHEIRO VERDE) / BATATA DOCE REFOGADA SA:TOMATE VERDE/ SA: ALFACE COM TOMATE/	RISOTO DE LEGUMES PERNIL SUÍNO / (ARROZ, PERNIL SUÍNO, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE)SA: MISTA DE FOLHAS
LANCHE 13:00 às 13:30	MAMÃO PICADINHO	BANANA NANICA PICADINHO	ABACAXI PICADINHO	MANGA PICADINHO	ABACAXI PICADINHO
LANCHE II 15:30 às 16:00	POLENTA COM MUSC. MOÍDO (FUBÁ, COUVE MANTEIGA E ALHO)	ARROZ COLORIDO COM OVO (ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE)	BOLO DE CENOURA/ SUCO DE LARANJA	PÃO FRANCÊS COM MUSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE / SUCO DE LIMÃO	ARROZ/ FEIJÃO/ PEITO DE FRANGO DESFIADO/ LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA COM CEBOLA E CHEIRO VERDE)

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	731	112,82	31,56	17,62	619,50	8,59	422,15	4,49	117,84	5,10	95,71	269,99

JRosa

Janaina Rosa F. Silva  
Nutricionista  
CRN3 - 39036



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE ABRIL/2024

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 29/04/2024	3ª FEIRA 30/04/2024	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
DESJEJUM 7:15 a 7:30	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	LEITE INTEGRAL COM CACAU EM PÓ, PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-	-	-
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	RISOTO DE LEGUMES COM PERNIL SUÍNO/ (ARROZ, PEITO DE FRANGO, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE COM TOMATE	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM LEGUMES (CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ACELGA E CENOURA	-	-	-
LANCHE 13:00 às 13:30	MAÇA PICADINHA	BANANA NANICA PICADINHA	-	-	-
LANCHE II 15:30 às 16:00	MACARRÃO ALHO E ÓLEO/ FRANGO DESFIADO E LEGUMES (FRANGO ABÓBORA CABOTIÁ, ABOBRINHA E CEBOLA)	MINGAU DE CACAU EM PÓ	-	-	-

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	366	56,4	15,7	8,81	309,75	4,29	211,0	4,4	58,9	5,01	37,0	135

JRosa

Janaina Rosa F. Silva  
Nutricionista  
CRN3 - 39036