



Prefeitura Municipal de Ecoporanga  
Secretaria Municipal de Educação  
Setor de Alimentação Escolar  
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL  
Faixa Etária: 6 a 10 anos

| SEMANA 1 | REFEIÇÃO/<br>HORÁRIO | SEGUNDA-FEIRA<br>26/05/2025                                                                                                  | TERÇA-FEIRA<br>27/05/2025                                                                 | QUARTA-FEIRA<br>28/05/2025                                                                                                                    | QUINTA-FEIRA<br>29/05/2025                                                                                                  | SEXTA-FEIRA<br>30/05/2025                                                                                                   |
|----------|----------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          | CAFÉ DA MANHÃ        | Mingau de amido de milho com cacau                                                                                           | Pão de Sal com Manteiga<br>Leite queimado                                                 | Pão de Sal com Manteiga<br>Café com Leite                                                                                                     | Pão de Sal com Manteiga<br>Vitamina de Frutas ou c/ polpa                                                                   | Fruta<br>Vitamina de frutas ou polpa                                                                                        |
|          | LANCHE DA MANHÃ      | Vitamina c/ fruta ou polpa                                                                                                   | Milkshake de Maracujá (leite, banana congelada, polpa de maracujá)                        | Fruta                                                                                                                                         | Fruta                                                                                                                       | Fruta                                                                                                                       |
|          | ALMOÇO               | Arroz/feijão estrogonofe tradicional de frango (Peito de frango, temperos, leite, milho verde, tomate...)<br><br>Salada crua | Arroz/feijão<br>Polenta<br>Carne bovina em cubinhos ao molho de tomate<br><br>Salada crua | Arroz<br>Pernil suíno acebolado<br>Farofa de feijão (feijão, farinha, ovos, linguiça, banana da terra*)<br>Salada de cenoura ralada c/ tomate | Arroz /feijão<br>carne moída refogada c/ couve-flor<br><br>Salada de repolho, pepino 4 partes e tomate em cubinhos<br>Fruta | Arroz c/ brócolis /feijão<br>Cubos de frango grelhado<br>Creme de milho<br><br>*pode servir o brócolis separado/em floretes |
|          | LANCHE DA TARDE      | Torta Salgada de Liquidificador com f rango e legumes + Suco                                                                 | Buraco quente (pão de sal, molho de carne bovina cozida desfiada, tomate,pimentão)+ suco  | Bolo de fubá<br>Suco de fruta                                                                                                                 | Escondidinho de batata c/ carne moída<br>Suco                                                                               | Hambúrguer (Pão, bife,tomate, batata-palha...) + Suco                                                                       |

Nutricionista RT: Joyce Rodrigues CRN: 08102287

Nutricionista QT: Taiana Breda Rodrigues CRN: 10100214



Prefeitura Municipal de Ecoporanga  
Secretaria Municipal de Educação  
Setor de Alimentação Escolar  
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL  
Faixa Etária: 6 a 10 anos

| SEMANA 2 | REFEIÇÃO/<br>HORÁRIO | SEGUNDA-FEIRA<br>02/06/2025                                                                                                                           | TERÇA-FEIRA<br>03/06/2025                                                   | QUARTA-FEIRA<br>04/06/2025                               | QUINTA-FEIRA<br>05/06/2025                                                       | SEXTA-FEIRA<br>06/06/2025                                                                  |
|----------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|
|          | CAFÉ DA MANHÃ        | Pão de Sal com requeijão<br>Leite c/ café                                                                                                             | Pão de Sal com<br>Manteiga<br>Vitamina de<br>frutas ou polpa                | Mingau de aveia                                          | Pão de Sal com<br>Manteiga<br>Leite c/ café                                      | Pão de Sal com Manteiga<br>Leite queimado                                                  |
|          | LANCHE DA MANHÃ      | Banana da Terra cozida                                                                                                                                | Milkshake de<br>Maracujá (leite, banana<br>congelada, polpa de<br>maracujá) | Fruta                                                    | Fruta                                                                            | Fruta                                                                                      |
|          | ALMOÇO               | Farofa Colorida<br>(Farinha, carne bovina<br>desfiada, cenoura ralada,<br>banana da terra, tempero<br>verde)<br>Arroz<br>Feijão<br>Salada (Vinagrete) | Arroz/feijão<br>Cubos de carne suína<br>Salada (Repolho com e<br>Cenoura)   | Arroz/feijão<br>Carne moída refogada<br>Legumes ensopado | Arroz/feijão<br>Fricassê de peito de<br>frango<br>Salada (Repolho com<br>pepino) | Arroz /feijão<br>Sobrecoxa assada c/ batata e<br>cenoura<br>Salada<br>(Repolho com Tomate) |
|          | LANCHE DA TARDE      | Bolo Simples<br>Leite com Café<br>Fruta                                                                                                               | Canjiquinha com carne<br>suína e legumes                                    | Bolo de Cenoura<br>Suco de Fruta                         | Pão de Sal com<br>patê de Frango<br>Suco                                         | Arroz doce c/ coco                                                                         |

**Nutricionista RT:** Joyce Rodrigues **CRN:** 08102287

**Nutricionista QT:** Taiana Breda Rodrigues **CRN:** 10100214



Prefeitura Municipal de Ecoporanga  
Secretaria Municipal de Educação  
Setor de Alimentação Escolar  
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL  
Faixa Etária: 6 a 10 anos

| SEMANA 3 | REFEIÇÃO/ HORÁRIO | SEGUNDA-FEIRA<br>09/06/2025                       | TERÇA-FEIRA<br>10/06/2025                                                          | QUARTA-FEIRA<br>11/06/2025                                                                                  | QUINTA-FEIRA<br>12/06/2025                                                                                        | SEXTA-FEIRA<br>13/06/2025                                                                                                              |
|----------|-------------------|---------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          | CAFÉ DA MANHÃ     | Pão de Sal com<br>Manteiga<br>Leite c/ café       | Pão de Sal com<br>Manteiga<br>Vitamina de fruta<br>(c/ fruta ou polpa de<br>fruta) | Mingau de amido de<br>milho com cacau                                                                       | Pão de Sal com<br>Manteiga<br>Leite<br>queimado                                                                   | Pão de Sal com<br>ovos mexidos<br>Suco                                                                                                 |
|          | LANCHE DA MANHÃ   | Vitamina c/ fruta ou polpa                        | Pipoca (70g pipoca<br>estourada)<br>Suco de fruta (200 ml)                         | Fruta                                                                                                       | Fruta                                                                                                             | Fruta                                                                                                                                  |
|          | ALMOÇO            | Arroz/feijão<br>Almôndegas ao sugo<br>Salada crua | Carne suína c/ cenoura<br>Arroz<br>Feijão<br>Salada crua                           | Peito de frango em<br>cubos com legumes<br>Arroz<br>Feijão<br>Salada de brócolis c/<br>couve-flor refogados | Estrogonofe de<br>carne bovina<br>Arroz<br>Farofa de<br>Cenoura<br>ralada e ovos<br>Salada de<br>pepino c/ tomate | Feijoada (feijão,<br>linguicinha suína,<br>cenoura em rodela)<br>Arroz c/ banana da<br>terra<br>Salada crua<br>(Repolho com<br>Tomate) |
|          | LANCHE DA TARDE   | Polenta mole<br>Molho de carne bovina<br>desfiada | Torta de liquidificador<br>com frango<br>Suco de fruta                             | Canjicão c/ amendoim                                                                                        | Bolo de fubá<br>Suco de fruta                                                                                     | Banana e maçã c/ leite<br>em pó<br>Vitamina de fruta<br>(c/ polpa de fruta)                                                            |

**Nutricionista RT:** Joyce Rodrigues **CRN:** 08102287

**Nutricionista QT:** Taiana Breda Rodrigues **CRN:** 10100214



Prefeitura Municipal de Ecoporanga  
Secretaria Municipal de Educação  
Setor de Alimentação Escolar  
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL  
Faixa Etária: 6 a 10 anos

| SEMANA 4 | REFEIÇÃO/ HORÁRIO | SEGUNDA-FEIRA<br>16/06/2025                                                                                                                                     | TERÇA-FEIRA<br>17/06/2025                                                            | QUARTA-FEIRA<br>18/06/2025                                                                 | QUINTA-FEIRA<br>19/06/2025 | SEXTA-FEIRA<br>20/06/2025 |
|----------|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------|---------------------------|
|          | CAFÉ DA MANHÃ     | Pão de Sal com<br>Manteiga<br>Café com Leite                                                                                                                    | Pão de Sal com<br>requeijão<br>Leite queimado                                        | Pão de sal c/<br>manteiga<br>Café com cacau                                                | F                          | R                         |
|          | LANCHE DA MANHÃ   | Fruta                                                                                                                                                           | Fruta                                                                                | Fruta                                                                                      | F                          | R                         |
|          | ALMOÇO            | Arroz/Feijão<br>Carne bovina ao molho de<br>tomate<br>Farofa Colorida<br>(Farinha, cenoura ralada,<br>banana da terra)<br>Arroz<br>Feijão<br>Salada (Vinagrete) | Carne suína em cubos<br>ensopado<br>Arroz<br>Feijão<br>Repolho c/ tomate e<br>pepino | Sobrecoxa ao creme<br>Arroz/feijão<br>Salada de pepino 4<br>partes e tomate em<br>cubinhos | F                          | R                         |
|          | LANCHE DA TARDE   | Buraco quente<br>(pão de sal, molho<br>de carne bovina<br>cozida desfiada,<br>tomate,pimentão)+ suco                                                            | Bolo Simples<br>Leite com Café<br>Fruta                                              | Bolo de fubá<br>Suco de fruta                                                              | F                          | R                         |

**Nutricionista RT:** Joyce Rodrigues **CRN:** 08102287

**Nutricionista QT:** Taiana Breda Rodrigues **CRN:** 10100214



Prefeitura Municipal de Ecoporanga  
Secretaria Municipal de Educação  
Setor de Alimentação Escolar  
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL  
Faixa Etária: 6 a 10 anos

| SEMANA 5 | REFEIÇÃO/ HORÁRIO | SEGUNDA-FEIRA<br>23/06/2025                                                    | TERÇA-FEIRA<br>24/06/2025                                        | QUARTA-FEIRA<br>25/06/2025                                                                            | QUINTA-FEIRA<br>26/06/2025                                                                     | SEXTA-FEIRA<br>27/06/2025                                                                                                                     |
|----------|-------------------|--------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|          | CAFÉ DA MANHÃ     | Pão de Sal com Manteiga<br>Leite c/ café                                       | Pão de Sal com Manteiga<br>Vitamina de fruta (c/ fruta ou polpa) | Mingau de amido de milho com cacau                                                                    | Pão de Sal com Manteiga<br>Leite queimado                                                      | Pão de Sal com ovos mexidos<br>Suco                                                                                                           |
|          | LANCHE DA MANHÃ   | Vitamina c/ fruta ou polpa                                                     | Pipoca (70g pipoca estourada)<br>Suco de fruta (200 ml)          | Fruta                                                                                                 | Fruta                                                                                          | Fruta                                                                                                                                         |
|          | ALMOÇO            | Arroz/feijão<br>Almôndegas ao sugo<br>Salada crua                              | Carne suína c/ cenoura<br>Arroz<br>Feijão<br>Salada crua         | Peito de frango em cubos com legumes<br>Arroz<br>Feijão<br>Salada de brócolis c/ couve-flor refogados | Estrogonofe de carne bovina<br>Arroz<br>Farofa de Cenoura ralada<br>Salada de pepino c/ tomate | Arroz<br>Pernil suíno acebolado<br>Farofa de feijão (feijão, farinha, ovos, linguiça, banana da terra*)<br>Salada de cenoura ralada c/ tomate |
|          | LANCHE DA TARDE   | Pão com molho de carne moída<br>(Pão francês, carne moída ao molho c/ legumes) | Biscoito + iogurte<br>Fruta                                      | Torta de liquidificador com frango<br>Suco de fruta                                                   | Polenta mole<br>Molho de carne bovina desfiada                                                 | Banana e maçã c/ leite em pó<br>Vitamina de fruta (c/ polpa de fruta)                                                                         |

Nutricionista RT: Joyce Rodrigues CRN: 08102287

Nutricionista QT: Taiana Breda Rodrigues CRN: 10100214