



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/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 06/10/2025	TERÇA-FEIRA 07/10/2025	QUARTA-FEIRA 08/10/2025	QUINTA-FEIRA 9/10/2025	SEXTA-FEIRA 10/10/2025
	CAFÉ DA MANHÃ	Fruta Vitamina de frutas ou polpa	_____	Pão de Sal com requeijão Café c/ leite	Pão de Sal com Manteiga Leite c/ cacau	Pão de Sal com Manteiga Café c/ leite
	LANCHE DA MANHÃ	Vitamina de fruta ou polpa	_____	Milkshake de manga (leite, banana congelada, polpa de manga)	Fruta	Fruta iogurte
	ALMOÇO	Arroz /feijão Carne bovina em cubinhos refogada c/ legumes Caldinho de abóbora	_____	Arroz/feijão Mandioca*ensopada Cubinhos de frango refogados Salada crua	Arroz/ feijão Macarrão ao alho e óleo Almôndegas ao molho nutritivo	Arroz/ feijão Estrogonofe tradicional de frango (Peito de frango, temperos, leite, milho verde, tomate...) - Batata palha
	LANCHE DA TARDE	Canjiquinha c/ carne legumes	Pão c/ carne moída ou molho de frango Pipoca Suco de polpa de fruta CARDÁPIO P/ O PARQUE	Canjicão c/ coco e amendoim	Buraco quente (pão de sal, molho Carne bovina desfiada, tomate,pimentão)+ suco	Hambúrguer (Pão, bife,tomate, batata- palha...) + Suco de polpa de fruta

Obs:*Cardápio sujeito a alteração com ciente das nutricionistas.*Se tiver frutas e verduras disponíveis em maior quantidade que o cardápio, pode ser ofertado todos os dias.

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/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 13/10/2025	TERÇA-FEIRA 14/10/2025	QUARTA-FEIRA 15/10/2025	QUINTA-FEIRA 16/10/2025	SEXTA-FEIRA 17/10/2025
	CAFÉ DA MANHÃ	Pão de Sal com requeijão Leite c/ café	Pão de Sal com Manteiga Vitamina de frutas ou polpa	_____	Pão de Sal com Manteiga Leite c/ café	Pão de Sal com Manteiga Leite queimado
	LANCHE DA MANHÃ	Vitamina de fruta ou polpa	Milkshake de manga (leite, banana congelada, polpa de manga)	_____	Milho- verde/fruta	Fruta
	ALMOÇO	Arroz /feijão Carne de panela c/ batatas Farofa colorida	Arroz /feijão Polenta Carne suína em cubos ao molho de tomate c/ legumes Salada crua	_____	Arroz/feijão Cubos de filé de frango ensopado com taioba e tomate (tomate, cebola, taioba picadas como couve..) Salada de alface+pepino em rodela finas +laranja em gomos s/ pele	Arroz Feijoada (feijão, linguiça suína, cenoura em rodela, banana da terra cozida) Salada Crocante de Cenoura ralada, Pepino em fatias finas, Couve picada fininha e tomate em cubos
	LANCHE DA TARDE	Pão de Sal c/ carne moída e Legumes/suco	Mingau de fubá c/ carne e couve fininha	_____	Pão de queijo c/ faca de batata- doce Leite com Café Fruta	Bolo de Cenoura Suco de Fruta

Obs:*Cardápio sujeito a alteração com ciência das nutricionistas.*Se tiver frutas e verduras disponíveis em maior quantidade que o cardápio, pode ser ofertado todos os dias.

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 20/10/2025	TERÇA-FEIRA 21/10/2025	QUARTA-FEIRA 22/10/2025	QUINTA-FEIRA 23/10/2025	SEXTA-FEIRA 24/10/2025
	CAFÉ DA MANHÃ	Pão de Sal com Manteiga Leite c/ café	Pão de Sal com Manteiga Vitamina de fruta (c/ fruta ou polpa)	Biscoito Leite c/ cacau	Pão de Sal com Manteiga Leite c/ café	Pão de Sal c/ requeijão Suco
	LANCHE DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Vitamina c/ fruta ou polpa
	ALMOÇO	Arroz/caldinho de Feijão (uso do caldo do feijão cozido) Feijão Tropeiro (feijão, farinha, couve, carne suína em cubinhos, ovos) Salada crua	Arroz/feijão Caldo de mandioca Carne moída refogada salada repolho ralado+tomate	Arroz/Feijão Moqueca de filé de frango Pirão de caldo de frango Salada de Repolho picado com Cenoura ralada e Maçã em fatias finas	Arroz /feijão Estrogonofe de carne bovina Salada crua	Arroz /feijão Carne suína c/ batata e cenoura Caldinho de abóbora
	LANCHE DA TARDE	Pão com molho de carne moída (Pão francês, carne moída ao molho c/ legumes) suco	Creme prestige (leite, amido, cacau e coco ralado...)- servido no prato	Bolo de banana c/ aveia Suco de fruta	Canjiquinha com carne bovina em cubinhos e legumes (batata, abóbora chuchu, tomate)	Arroz doce Fruta

Obs: *Cardápio sujeito a alteração com ciência das nutricionistas. *Se tiver frutas e verduras disponíveis em maior quantidade que o cardápio, pode ser ofertado todos os dias.

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 27/10/2025	TERÇA-FEIRA 28/10/2025	QUARTA-FEIRA 29/10/2025	QUINTA-FEIRA 30/10/2025	SEXTA-FEIRA 31/10/2025
	CAFÉ DA MANHÃ	Pão de Sal com requeijão Leite c/ café	Pão de Sal com Manteiga Leite c/ café	Fruta Vitamina de frutas ou polpa	Pão de Sal com Manteiga Leite c/ café	Pão de Sal com Manteiga Leite queimado
	LANCHE DA MANHÃ	Fruta	Milkshake de manga (leite, banana congelada, polpa de manga)	fruta	Fruta	Milho-verde
	ALMOÇO	Arroz/feijão carne suína acebolada Creme de inhame Salada crua	Arroz/feijão Almôndegas ao sugo Batatas rústicas assadas crocantes ou purê de batata Salada crua/cozida	Arroz/ feijão Frango em cubinhos c/ tomate, milho verde) Caldo de inhame Salada de Alface+tomate+maçã em cubinhos	Arroz/feijão Carne de panela em cubinhos Farofa de couve* e banana* (farinha M, banana T, couve, tempero verde*) Salada crua	Arroz /feijão Estrogonofe de frango Salada Crocante de Cenoura ralada, Pepino em fatias finas, Couve picada fininha e tomate em cubos
	LANCHE DA TARDE	Buraco quente (pão de sal, molho Carne bovina desfiada, tomate,pimentão)+ suco	Bolo de Cenoura Suco de Fruta	Omelete de Legumes Assado (tomate, cenoura, chuchu, cebola...) Suco de polpa de fruta	Canjiquinha c/ carne legumes (inhame, tomate, abóbora madura e taioba)	Pão de Sal c/ molho de frango desfiado e Legumes 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 1	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 03/11/2025	TERÇA-FEIRA 04/11/2025	QUARTA-FEIRA 05/11/2025	QUINTA-FEIRA 06/11/2025	SEXTA-FEIRA 07/11/2025
	CAFÉ DA MANHÃ	Fruta Leite c/ cacau	Pão de Sal com Manteiga Café c/ leite	Pão de Sal com Manteiga Café c/ leite	Creme prestígio (leite, amido, cacau e coco ralado...)- servido no prato	Pão de Sal com Manteiga Leite c/ café
	LANCHE DA MANHÃ	Banana da terra	Fruta	Fruta	Fruta	Milkshake de manga (leite, banana congelada, polpa de manga)
	ALMOÇO	Arroz /feijão Peito de frango em cubinhos ensopado c/ chuchu e cenoura em cubinhos Couve-flor refogada	Arroz/feijão Purê de mandioca Ragu de carne bovina desfiada Salada crua/cozida Fruta	Arroz/ feijão Estrogonofe de frango c/ creme de inhame Repolho c/ cenoura ralada	Arroz /feijão Carne moída cremosa com creme de batatas e molho de tomate Salada crua	arroz/feijão creme de abóbora c/ carne suína em cubinhos Salada crua
	LANCHE DA TARDE	Torta Salgada de Liquidificador com frango desfiado e legumes + Suco	Pão c/ carne moída suco	Bolo de banana c/ aveia Suco de fruta	Mingau de fubá c/ carne e couve fininha	Macarrão ao alho e óleo Molho de carne

Obs: *Cardápio sujeito a alteração com ciência das nutricionistas. *Se tiver frutas e verduras disponíveis em maior quantidade que o cardápio, pode ser ofertado todos os dias.

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

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