



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	REFEICAO/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 30/06/2025	TERÇA-FEIRA 01/07/2025	QUARTA-FEIRA 02/07/2025	QUINTA-FEIRA 03/07/2025	SEXTA-FEIRA 04/07/2025
	CAFÉ DA MANHÃ	Fruta Vitamina de frutas ou polpa	Fruta iogurte	Pão de Sal com Manteiga Leite queimado	Pão de Sal com Manteiga Vitamina de Frutas ou c/ polpa	Pão de Sal com Manteiga Café com Leite
	LANCHE DA MANHÃ	Banana da Terra cozida	Fruta	Fruta	Pipoca (70g pipoca estourada) Suco de fruta (200 ml)	Milkshake de açai (leite, banana congelada, polpa de açai)
	ALMOÇO	Arroz/feijão estrogonofe tradicional de frango (Peito de frango, temperos, leite, milho verde, tomate...) Salada crua	Arroz/feijão Polenta Carne moída ao molho de tomate Salada crua	Arroz Sobrecoca assada Farofa de feijão (feijão, farinha, ovos, banana da terra*) Salada de cenoura ralada c/ tomate	Arroz /feijão carne moída refogada c/ couve-flor Salada de repolho, pepino 4 partes e tomate em cubinhos Fruta	Arroz c/ brócolis /feijão Cubos de frango grelhado Creme de milho *pode servir o brócolis separado/em floretes
	LANCHE DA TARDE	Torta Salgada de Liquidificador com frango e legumes + Suco	Buraco quente (pão de sal, molho de carne bovina moída, tomate,pimentão)+ suco	Pão de queijo + + Vitamina de Frutas ou c/ polpa Fruta	Escondidinho de batata c/ carne moída Suco	Hambúrguer (Pão, bife,tomate, batata- palha...) + Suco

Observações Gerais:

SUBSTITUIR O CAFÉ COM LEITE, LEITE QUEIMADO E IOGURTE POR LEITE COM CACAU, OU LEITE BATIDO COM FRUTA OU LEITE COM AMEIXA PARA OS

ALUNOS DA CRECHE (0 – 3 ANOS)

NÃO USAR AÇÚCAR NO LEITE OU SUCO PARA OS ALUNOS DA CRECHE (0 – 3 ANOS)

O HAMBÚRGUER DOS ALUNOS DA CRECHE DEVERÁ SER CASEIRO;

NÃO ADICIONAR AÇÚCAR NO BOLO DE BANANA. ADOÇAR COM A PRÓPRIA BANANA E AMEIXA.

SEMANA 3 – 14 A 18 DE JULHO (FÉRIAS ESCOLARES)

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 07/07/2025	TERÇA-FEIRA 08/07/2025	QUARTA-FEIRA 09/07/2025	QUINTA-FEIRA 10/07/2025	SEXTA-FEIRA 11/07/2025
	CAFÉ DA MANHÃ	Pão de Sal com requeijão Leite c/ café	Pão de Sal com Manteiga Vitamina de frutas ou polpa	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 Maracujá (leite, banana congelada, polpa de maracujá)	Fruta	Fruta	Fruta
	ALMOÇO	Farofa Colorida (Farinha, Carne moída, cenoura ralada, banana da terra, tempero verde) Arroz Feijão Salada crua	Arroz/feijão Almondegas de carne ao molho de tomate Salada crua Fruta	Arroz/feijão Carne moída refogada Legumes ensopado	Arroz/feijão Fricassê de frango Salada Crua	Arroz /feijão Sobrecoca assada c/ batata e cenoura Salada crua
	LANCHE DA TARDE	Bolo s/ açúcar (opções das receitas) Suco de Fruta	Canjiquinha com carne moída e legumes	Biscoito caseiro de polvilho+ Vitamina de frutas ou polpa	Pão de Sal com patê de Frango Suco	Arroz doce c/ coco Fruta

SEMANA 4- 21 E 22 JULHO (FÉRIAS ESCOLARES) – 23 A 25 JULHO (JPP)

Observações Gerais:

SUBSTITUIR O CAFÉ COM LEITE, LEITE QUEIMADO E IOGURTE POR LEITE COM CACAU, OU LEITE BATIDO COM FRUTA OU LEITE COM AMEIXA PARA OS

ALUNOS DA CRECHE (0 – 3 ANOS)

NÃO USAR AÇÚCAR NO LEITE OU SUCO PARA OS ALUNOS DA CRECHE (0 – 3 ANOS)

O HAMBÚRGUER DOS ALUNOS DA CRECHE DEVERÁ SER CASEIRO;

NÃO ADICIONAR AÇÚCAR NO BOLO DE BANANA. ADOÇAR COM A PRÓPRIA BANANA E AMEIXA.

SEMANA 3 – 14 A 18 DE JULHO (FÉRIAS ESCOLARES)

SEMANA 4- 21 E 22 JULHO (FÉRIAS ESCOLARES) – 23 A 25 JULHO (JPP)

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: 1 a 10 anos

SEMANA 5	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 28/07/2025	TERÇA-FEIRA 29/07/2025	QUARTA-FEIRA 30/07/2025	QUINTA-FEIRA 31/07/2025	SEXTA-FEIRA 01/08/2025
	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 queimado	Pão de Sal com ovos mexidos Suco
	LANCHE DA MANHÃ	Vitamina c/ fruta ou polpa	Pipoca (70g pipoca estourada) Suco de fruta (200 ml)	Fruta	Fruta	Fruta
	ALMOÇO	Arroz/feijão Almôndegas ao sugo	Arroz /feijão Sobrecoca assada Creme de milho	Carne moída com legumes Arroz Feijão Salada de brócolis c/ couve-flor refogados	Arroz /feijão Farofa Colorida (Farinha, Carne moída, cenoura ralada, banana da terra, tempero verde) Salada de repolho pepino e tomate	Arroz /feijão Sobrecoca assada c/ batata e cenoura Salada de cenoura ralada c/ tomate
	LANCHE DA TARDE	Pão com molho de carne moída (Pão francês, carne moída ao molho c/ legumes)	Creme prestigeio (leite, amido, cacau e coco ralado...)- servido no prato	Torta de liquidificador com carne moída Suco de fruta	Mingau de fubá (doce)- Servido no prato	Vitamina de fruta (c/ polpa de fruta) fruta

Observações Gerais:

SUBSTITUIR O CAFÉ COM LEITE, LEITE QUEIMADO E IOGURTE POR LEITE COM CACAU, OU LEITE BATIDO COM FRUTA OU LEITE COM AMEIXA PARA OS ALUNOS DA CRECHE (0 – 3 ANOS)
NÃO USAR AÇÚCAR NO LEITE OU SUCO PARA OS ALUNOS DA CRECHE (0 – 3 ANOS)
O HAMBÚRGUER DOS ALUNOS DA CRECHE DEVERÁ SER CASEIRO;
NÃO ADICIONAR AÇÚCAR NO BOLO DE BANANA. ADOÇAR COM A PRÓPRIA BANANA E AMEIXA.

Nutricionista RT: Joyce Rodrigues CRN: 08102287
Nutricionista QT: Taiana Breda Rodrigues CRN: 10100214