



Prefeitura Municipal de Ecoporanga Secretaria
Municipal de Educação Setor de Alimentação
Escolar
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL
Faixa Etária: 3 a 10 anos

SEMANA 1	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 01/09/2025	TERÇA-FEIRA 02/09/2025	QUARTA-FEIRA 03/09/2025	QUINTA-FEIRA 04/09/2025	SEXTA-FEIRA 05/09/2025
	CAFÉ DA MANHÃ	Fruta Vitamina de frutas ou polpa	Pão de queijo c/ batata-doce Café c/ leite	Pão de Sal com Manteiga Café c/ leite	Pão de Sal com Manteiga Vitamina de Frutas ou c/ polpa	CC/JPP
	LANCHE DA MANHÃ	Milho verde	Fruta iogurte	Fruta	Fruta	CC/JPP
	ALMOÇO	Arroz /feijão Carne moída refogada c/ chuchu e cenoura em cubinhos Couve-flor refogada	Arroz/feijão Mandioca*ensopada Sobrecoxa assada Salada crua	Arroz/ feijão Macarrão ao alho e óleo Almôndegas ao molho nutritivo c/ tomate, beterraba e cenoura caldinho de abóbora	Arroz /feijão Carne Moída refogada c/ legumes Creme de inhame	CC/JPP
	LANCHE DA TARDE	Torta Salgada de Liquidificador com carne moída e legumes + Suco	Buraco quente (pão de sal, molho de frango desfiado, tomate,pimentão)+ suco	Canjicão com coco e amendoim	Omelete de Legumes Assado (tomate, cenoura, chuchu, cebola...) Suco	CC/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.

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: 3 a 10 anos

SEMANA 2	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 08/09/2025	TERÇA-FEIRA 09/09/2025	QUARTA-FEIRA 10/09/2025	QUINTA-FEIRA 11/09/2025	SEXTA-FEIRA 12/09/2025
	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 manga (leite, banana congelada, polpa de manga)	Fruta	Milho verde	Fruta
	ALMOÇO	Arroz /feijão Carne de panela c/ batatas Farofa de beterraba c/ cenoura ralada fininha	Arroz /feijão Polenta Carne suína em cubos ao molho de tomate c/ legumes Salada crua	Arroz/Feijão Sobrecoxa ao molho c/ batata Salada de Alface+cenoura ralada +laranja em gomos s/ pele	Arroz/feijão Cubos ensopado de filé de frango com taioba e tomate (tomate, cebola, taioba picadas como couve..) Salada de repolho ralado+pepino em rodela finas +maçã em cubinhos Fruta	Arroz c/ banana da terra Feijoada (feijão, linguiça suína, cenoura em rodela) 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	Bolo s/ açúcar (opções das receitas Suco de Fruta	Pão de queijo c/ batata-doce Leite com Café Fruta	Mingau de fubá c/ frango desfiado e couve fininha	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.

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: 3 a 10 anos

SEMANA 3	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 15/09/2025	TERÇA-FEIRA 16/09/2025	QUARTA-FEIRA 17/09/2025	QUINTA-FEIRA 18/09/2025	SEXTA-FEIRA 19/09/2025
	CAFÉ DA MANHÃ	Pão de Sal com Manteiga Leite c/ café	Pão de Sal com Manteiga Vitamina de fruta (c/ fruta ou polpa)	Pão de queijo Leite c/ cacau	Pão de Sal com Manteiga Leite c/ café	Pão de Sal c/ requeijão Suco
	LANCHE DA MANHÃ	Vitamina c/ fruta ou polpa	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
	ALMOÇO	Arroz 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)	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 c/ coco 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



Prefeitura Municipal de Ecoporanga Secretaria
Municipal de Educação Setor de Alimentação
Escolar
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL
Faixa Etária: 3 a 10 anos

SEMANA 4	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 22/09/2025	TERÇA-FEIRA 23/09/2025	QUARTA-FEIRA 24/09/2025	QUINTA-FEIRA 25/09/2025	SEXTA-FEIRA 26/09/2025
	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 queijo c/ batata- doce 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 doce rústicas assadas crocantes ou purê de batata doce Salada crua/cozida	Galinhada (arroz , sobrecoxa, tomate, milho verde) /Feijão Inhame ensopado 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	Bolo s/ açúcar (opções das receitas Suco de Fruta	Pão de Sal com molho de frango	Omelete de Legumes Assado (tomate, cenoura, chuchu, cebola...) Suco	Canjiquinha c/ carne legumes (inhame, tomate, abóbora madura e taioba)	Pão de Sal c/ molho de frango desfiado e Legumes

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



Prefeitura Municipal de Ecoporanga Secretaria
Municipal de Educação Setor de Alimentação
Escolar
CARDÁPIO MENSAL ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL
Faixa Etária: 3 a 10 anos

SEMANA 5	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 29/09/2025	TERÇA-FEIRA 30/09/2025	QUARTA-FEIRA 01/10/2025	QUINTA-FEIRA 02/10/2025	SEXTA-FEIRA 03/10/2025
	CAFÉ DA MANHÃ	Fruta Leite c/ cacau	Pão de Sal com Manteiga Café c/ leite	Pão de Sal com Manteiga Café c/ leite	Creme prestigeio (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 /feijão 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 f rango desfiado e legumes + Suco	Buraco quente (pão de sal, molho de carne boi desfiado, tomate,pimentão)+ 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

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