



Prefeitura Municipal de Ecoporanga
Secretaria Municipal de Educação Setor
de Alimentação Escolar Cardápio
Creche 1 – 3 anos

Tipo de Cardápio: Creche 1ª SEMANA	CARDÁPIO SEMANAL MATERNAL 2026 1ª SEMANA		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA 1 a 3 anos (período INTEGRAL - 70% das necessidades nutricionais).		
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 02/03/2026	TERÇA-FEIRA 03/03/2026	QUARTA-FEIRA 04/03/2026	QUINTA-FEIRA 05/03/2026	SEXTA-FEIRA 06/03/2026
Café da Manhã (7h00min)	Leite c/ cacau e ameixa (80 ml) Milho -verde cozido ou banana da terra cozida	Iogurte natural batido c/ frutas e ameixa (banana ou mamão)	Polpa batido com leite (80 ml) Pão de queijo de batata-doce	Polpa batido com leite (80 ml) Pão c/ ovos mexidos	Mingau de aveia com banana e ameixa (bater no liquidificador, ficar lisinho e servir no prato ou cubinhas)
Lanche (09h30min) Obs: pode ser servido na sala de aula	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)
Almoço (11h30min)	Arroz /feijão Peito de frango em cubinhos ensopado c/ chuchu ou abobrinha, taioba e cenoura em cubinhos	Arroz/feijão Ragu de carne bovina desfiada c/ legumes Fruta-pão ensopado	Arroz/ feijão Estrogonofe de frango c/ creme de inhame ou mandioca Salada crua	Arroz/feijão Carne moída ao molho c/ legumes Salada crua	arroz/feijão carne suína em cubinhos c/ creme de abóbora ou cenoura ou batata-doce Salada crua
Jantar (14h50min)	Caldo de pinto	Canjiquinha com carne e legumes	Caldo de feijão c/ frango desfiado e legumes	Arroz de forno com carne moída e legumes coloridos	Macarrão ao alho e óleo Molho de carne suína desfiada e legumes

Nutricionista RT: Joyce Rodrigues CRN: 08102287

Obs.: Cardápio sujeito a alterações, com ciência das nutricionistas. Frutas e legumes (ex.: banana-da-terra e milho) serão utilizados conforme maturação e disponibilidade, podendo ser ofertados diariamente. Porção de fruta: ½ unid. ou 1 fatia média (banana pequena pode ser inteira).



Prefeitura Municipal de Ecoporanga
Secretaria Municipal de Educação Setor
de Alimentação Escolar Cardápio
Creche 1 – 3 anos

Tipo de Cardápio: Creche 2ª SEMANA	CARDÁPIO SEMANAL MATERNAL 2026 2ª SEMANA		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA 1 a 3 anos (período INTEGRAL - 70% das necessidades nutricionais).		
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 09/03/2026	TERÇA-FEIRA 10/03/2026	QUARTA-FEIRA 11/03/2026	QUINTA-FEIRA 12/03/2026	SEXTA-FEIRA 13/03/2026
Café da Manhã (7h00min)	Suco de polpa de fruta (80 ml) Pão de sal com ovos mexidos	Suco de polpa de fruta (80 ml) Biscoito de polvilho assado	Suco de polpa de fruta (80 ml) Pão Caseiro Fruta	Suco de polpa de fruta (80 ml) Banana da terra cozida ou milho-verde	Milkshake de Açaí ou manga (água, polpa de açaí ou manga, banana) (80 ml) Fruta
Lanche (09h30min) Obs: pode ser servido na sala de aula	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)
Almoço (11h30min)	Arroz/Feijão Moqueca de filé de frango c/ quiabo Pirão de caldo de frango	Arroz/feijão Carne moída c/ legumes Salada crua ou cozida	Arroz/caldinho de Feijão (uso do caldo do feijão cozido) Feijão Tropeiro molhadinho (feijão, farinha, couve, carne suína em cubinhos, ovos, banana)	Arroz /feijão Carne bovina ensopada Salada crua ou cozida	Arroz /feijão Frango em cubinhos c/ Creme de abóbora ou batata-doce Salada crua
Jantar (14h50min)	Arroz Torta Solar c/ frango ou torta salgada (receitas) Suco de fruta	Canjiquinha com carne moída e legumes	Caldo de mandioca c/ carne suína desfiada	Macarrão ao molho nutritivo de carne desfiada c/ legumes	Caldo de feijão c/ frango desfiado e legumes

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

Obs.: Cardápio sujeito a alterações, com ciência das nutricionistas. Frutas e legumes (ex.: banana-da-terra e milho) serão utilizados conforme maturação e disponibilidade, podendo ser ofertados diariamente. Porção de fruta: ½ unid. ou 1 fatia média (banana pequena pode ser inteira).



Prefeitura Municipal de Ecoporanga
Secretaria Municipal de Educação Setor
de Alimentação Escolar Cardápio
Creche 1 – 3 anos

Tipo de Cardápio: Creche 3ª SEMANA	CARDÁPIO SEMANAL MATERNAL 2026 3ª SEMANA		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA 1 a 3 anos (período INTEGRAL - 70% das necessidades nutricionais)		
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 16/03/2026	TERÇA-FEIRA 17/03/2026	QUARTA-FEIRA 18/03/2026	QUINTA-FEIRA 19/03/2026	SEXTA-FEIRA 20/03/2026
Café da Manhã (7h00min)	Suco de polpa de fruta (80 ml) Pão de sal	Suco de polpa de fruta (80 ml) Banana da terra cozida ou milho-verde	Suco de polpa de fruta (80 ml) Pão de sal Fruta	Suco de polpa de fruta (80 ml) Biscoito de polvilho assado	Milkshake de Açaí ou manga (água, polpa de açaí ou manga, banana) (80 ml) Fruta
Lanche (09h30min) Obs: pode ser servido na sala de aula	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)
Almoço (11h30min)	Arroz/feijão Almondegas ao molho Salada crua ou cozida	Arroz/feijão Carne bovina em cubinhos ensopada c/ batata-doce	Arroz /feijão Peito de frango em cubinhos ensopado c/ chuchu ou abobrinha e cenoura em cubinhos	Arroz/feijão Ragu de carne bovina desfiada c/ legumes	Arroz/feijão Carne moída c/ legumes
Jantar (14h50min)	Arroz ensopado c/ carne moída e legumes	Sopa de Macarrão com carne desfiada c/ legumes	Canjiquinha com frango desfiado e legumes	Caldo de mandioca c/ carne desfiada	Arroz Farofa úmida de feijão com carne moída

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

Obs.: Cardápio sujeito a alterações, com ciência das nutricionistas. Frutas e legumes (ex.: banana-da-terra e milho) serão utilizados conforme maturação e disponibilidade, podendo ser ofertados diariamente. Porção de fruta: ½ unid. ou 1 fatia média (banana pequena pode ser inteira).



Prefeitura Municipal de Ecoporanga
Secretaria Municipal de Educação Setor
de Alimentação Escolar Cardápio
Creche 1 – 3 anos

Tipo de Cardápio: Creche 4ª SEMANA	CARDÁPIO SEMANAL MATERNAL 2026 4ª SEMANA		TIPO DE ENSINO: Creche FAIXA ETÁRIA 1 a 3 anos (período INTEGRAL - 70% das necessidades nutricionais).		
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 23/03/2026	TERÇA-FEIRA 24/03/2026	QUARTA-FEIRA 25/03/2026	QUINTA-FEIRA 26/03/2026	SEXTA-FEIRA 27/03/2026
Café da Manhã (7h00min)	Suco de polpa de fruta (80 ml) Pão de sal	Suco de polpa de fruta (80 ml) Biscoito de polvilho assado	Suco de polpa de fruta (80 ml) Pão de sal Fruta	Suco de polpa de fruta (80 ml) Banana da terra cozida ou milho-verde	Suco de polpa de fruta (80 ml) Bolo s/ açúcar (opções das receitas) ou pão caseiro
Lanche (09h30min) Obs: pode ser servido na sala de aula	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)	Fruta ou milho cozido ou banana da terra cozida ou pão de queijo batata doce ou polpa de fruta c/ leite ou suco de fruta ou bolo s/ açúcar (receitas)
Almoço (11h30min)	Arroz /feijão Estrogonofe de frango c/ creme branco (trigo) ou creme de mandioca ou batata- doce Salada crua	Arroz /feijão Carne bovina ensopada c/ legumes	Arroz/feijão Almondegas ao molho Farofa úmida de couve* banana* e ovos (farinha M, banana T, couve, ovos tempero verde*) Salada crua	Arroz/Feijão Moqueca de filé de frango c/ quiabo Pirão de caldo de frango	Arroz Feijoada (feijão, cubos de carne bovina, cenoura em rodela, banana da terra cozida) Salada crua
Jantar (14h50min)	Caldo de pinto	Macarrão ao molho nutritivo de carne desfiada c/ legumes	Canjiquinha com carne moída e legumes	Arroz Caldo de abóbora c/ frango desfiado	Arroz de forno com carne desfiada e legumes coloridos

Nutricionista RT: Joyce Rodrigues CRN: 08102287

Obs.: Cardápio sujeito a alterações, com ciência das nutricionistas. Frutas e legumes (ex.: banana-da-terra e milho) serão utilizados conforme maturação e disponibilidade, podendo ser ofertados diariamente. Porção de fruta: ½ unid. ou 1 fatia média (banana pequena pode ser inteira).