



Prefeitura Municipal de Ecoporanga
Secretaria Municipal de Educação
Setor de Alimentação Escolar
CARDÁPIO MENSAL EDUCAÇÃO INFANTIL
Faixa Etária: 1 a 5 anos

SEMANA 1	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	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	Leite c/ cacau e ameixa (80 ml) Milho -verde cozido ou banana da terra cozida	logurte natural batido c/ frutas e ameixa (banana ou mamão)	Polpa batido com leite (80 ml) Fruta ou pão de queijo de batata-doce ou batata-doce cozida ou assada	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) Fruta
SEMANA 1	REFEIÇÃO MATUTINO	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 Mandioca ensopada	Arroz Estrogonofe de frango c/ creme branco (trigo) ou creme de mandioca ou batata-doce Salada crua	Canjiquinha c/ carne moída e legumes	Macarrão ao alho e óleo carne suína em cubinhos c/ creme de abóbora ou batata-doce Salada crua



Prefeitura Municipal de Ecoporanga
 Secretaria Municipal de Educação
 Setor de Alimentação Escolar
CARDÁPIO MENSAL EDUCAÇÃO INFANTIL
 Faixa Etária: 1 a 5 anos

SEMANA 2	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	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	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 de sal 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
SEMANA 3	REFEIÇÃO MATUTINO	Arroz 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 (feijão, farinha, couve, carne suína em cubinhos, ovos, banana)	Arroz /feijão Carne bovina ensopada Salada crua ou cozida	Arroz Frango em cubinhos c/ Creme de abóbora ou batata-doce Salada crua
	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	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
SEMANA 3	CAFÉ DA MANHÃ	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
	REFEIÇÃO MATUTINO	Macarrão ao alho e óleo Almondegas ao molho Salada crua	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	Canjiquinha c/ carne moída e legumes



Prefeitura Municipal de Ecoporanga
Secretaria Municipal de Educação
Setor de Alimentação Escolar
CARDÁPIO MENSAL EDUCAÇÃO INFANTIL
Faixa Etária: 1 a 5 anos

SEMANA 4	REFEIÇÃO/ HORÁRIO	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	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)
	REFEIÇÃO MATUTINO	Arroz Estrogonofe de frango c/ creme branco (trigo) ou creme de mandioca ou batata- doce Salada crua/cozida	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	Macarrão ao alho e óleo Frango desfiado ao molho de legumes	Arroz Feijoada (feijão, cubos de carne bovina, cenoura em rodela, banana da terra cozida) Salada crua



Prefeitura Municipal de Ecoporanga
Secretaria Municipal de Educação
Setor de Alimentação Escolar
CARDÁPIO MENSAL EDUCAÇÃO INFANTIL
Faixa Etária: 1 a 5 anos

✦ **OBSERVAÇÕES GERAIS – CRECHE (0 A 3 ANOS)**

1. Pipoca no cardápio:

- Quando houver pipoca no cardápio, **para crianças de 0 a 3 anos substituir por:**
 - Fruta;
 - Banana-da-terra;
 - Batata-doce.
 - Servir conforme a faixa etária:
 - **Menores de 1 ano:** fruta amassada, raspada ou em cubinhos (quando necessário); batata-doce amassada.
-

2. Refeição principal (almoço/jantar):

- A refeição deverá conter arroz, feijão, carnes e legumes, conforme cardápio.
 - O cardápio **não precisa ser separado para alunos do berçário**, porém a consistência deve ser adequada:
 - Arroz bem cozido e amassado;
 - Feijão amassado com caldo;
 - Legumes amassados (não liquidificar);
 - Carne bem desfiada.
-

3. Retirar café da alimentação:

- Não oferecer café para os alunos da creche (0 a 3 anos).
 - Substituir por suco natural sem adição de açúcar.
-

4. Substituições de bebidas lácteas:

Substituir leite com café, leite queimado e iogurte por:

- Leite com cacau 100%;
 - Leite batido com fruta;
 - Leite com ameixa.
-



Prefeitura Municipal de Ecoporanga
Secretaria Municipal de Educação
Setor de Alimentação Escolar
CARDÁPIO MENSAL EDUCAÇÃO INFANTIL
Faixa Etária: 1 a 5 anos

5. Não adicionar açúcar:

- Não utilizar açúcar no leite, sucos ou preparações destinadas aos alunos da creche.
-

6. Biscoitos e preparações industrializadas:

- Não ofertar biscoito doce ou biscoito salgado.
 - Substituir por:
 - Biscoito de polvilho assado;
 - Pão de queijo caseiro;
 - Bolo sem adição de açúcar.
-

7. Hambúrguer:

- O hambúrguer deverá ser caseiro.
-

8. Bolo de banana:

- Não adicionar açúcar.
- Adoçar naturalmente com banana ou ameixa.
- Não utilizar trigo na preparação. Substituir por aveia.