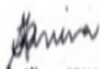




SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE ENSINO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR


Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)


Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

CARDÁPIOS - ENSINO REGULAR -

Ensino Fundamental

Alergia a proteína do leite 11 - 15 anos

OUTUBRO 2026

Matutino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	/ /	/ /	/ /	01/10/26	02/10/26
				D26.62AP Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados) com ovos, bebida vegetal com café, açúcar e uma banana R26.161 Carne bovina em cubos ensopado com aipim e molho de tomate (feito na	D26.07AP Bolo de fubá mesclado com chocolate (sem leite de origem animal e/ou derivados - com bebida vegetal), bebida vegetal com café, açúcar e uma LL26.273AP Cuca de maçã* com aveia e canela (50% farinha de trigo integral e
Semana 1					

UMA REFEIÇÃO

Macronutrientes: Kcal - Calorias 458,000 CHO - Carboidratos 73,000(g) Pt - Proteínas 16,500(g) Lip - Lipídios 11,000(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 916,000 CHO - Carboidratos 146,000(g) Pt - Proteínas 33,000(g) Lip - Lipídios 22,000(g)

Vespertino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	/ /	/ /	/ /	01/10/26	02/10/26
				R26.161 Carne bovina em cubos ensopado com aipim e molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de repolho e uma maçã.	LL26.273AP Cuca de maçã* com aveia e canela (50% farinha de trigo integral e sem leite de origem animal e/ou derivados - com bebida vegetal), suco de laranja sem adição de açúcar e uma fatia de mamão. *sem mel
Semana 1					

UMA REFEIÇÃO

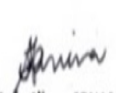
Macronutrientes: Kcal - Calorias 458,000 CHO - Carboidratos 73,000(g) Pt - Proteínas 16,500(g) Lip - Lipídios 11,000(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 916,000 CHO - Carboidratos 146,000(g) Pt - Proteínas 33,000(g) Lip - Lipídios 22,000(g)



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE ENSINO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR


Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)


Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

Matutino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	05/10/26	06/10/26	07/10/26	08/10/26	09/10/26
	D25.22APL Sanduíche de ovos mexidos (duas fatias de pão integral (sem leite de origem animal e/ou derivados), ovos mexidos, tomate em fatia e alface), R26.110 Arroz colorido com frango (arroz integral, peito de frango desfiado, vagem	D26.48AP Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados) com ovos mexidos, bebida vegetal com café, açúcar e uma laranja LL26.295AP Bolo de fubá mesclado com chocolate* (sem leite de origem animal	R24.164 Frango ensopado (coxa e sobreco sem osso) com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, aipim refogado com tempero verde, salada de abobrinha e uma fatia de mamão.	D25.63APL Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados e sem manteiga), ovo mexido, tomate em fatia e alface, bebida vegetal com café e açúcar R26.210 Carne suína em iscas refogada com cebola e tomate, arroz, feijão, batata	D24.46APL Salada de frutas (mamão, maçã, laranja), aveia*, bebida vegetal batida com mel e biscoito caseiro (sem leite de origem animal e/ou derivados e sem LL23.98APL Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados e sem *servir separadamente

UMA REFEIÇÃO

Macronutrientes: Kcal - Calorias 522,200 CHO - Carboidratos 85,800(g) Pt - Proteínas 21,200(g) Lip - Lipídios 10,400(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 1044,400 CHO - Carboidratos 171,600(g) Pt - Proteínas 42,400(g) Lip - Lipídios 20,800(g)

Vespertino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	05/10/26	06/10/26	07/10/26	08/10/26	09/10/26
	R26.110 Arroz colorido com frango (arroz integral, peito de frango desfiado, vagem e milho verde congelado), feijão, salada de repolho com fatias de tomate e uma maçã.	LL26.295AP Bolo de fubá mesclado com chocolate* (sem leite de origem animal e/ou derivados - com bebida vegetal), bebida vegetal batida com cacau e açúcar e uma fatia de melão. *sem farinha de trigo	R24.164 Frango ensopado (coxa e sobreco sem osso) com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, aipim refogado com tempero verde, salada de abobrinha e uma fatia de mamão.	R26.210 Carne suína em iscas refogada com cebola e tomate, arroz, feijão, batata doce em cubos assada, salada de rúcula com alface e uma laranja.	LL23.98APL Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados e sem gordura trans) com peito de frango desfiado ao molho de tomate (feito na escola), alface, tomate em fatia, suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana

UMA REFEIÇÃO

Macronutrientes: Kcal - Calorias 522,200 CHO - Carboidratos 85,800(g) Pt - Proteínas 21,200(g) Lip - Lipídios 10,400(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 1044,400 CHO - Carboidratos 171,600(g) Pt - Proteínas 42,400(g) Lip - Lipídios 20,800(g)



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE ENSINO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

Matutino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	12/10/26	13/10/26	14/10/26	15/10/26	16/10/26
	Semana 3	D24.104APL Pão integral (sem leite de origem vegetal e/ou derivados) com ovo mexido (sem manteiga), bebida vegetal sem adição de açúcar com café, açúcar e uma R25.49 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura	D23.49APL Bebida vegetal batida com banana e aveia, biscoito caseiro (sem leite de origem animal e/ou derivados e sem gordura trans) e uma laranja. LL25.159AP Bolo pão de mel (50% farinha de trigo integral e sem leite de origem	D25.48AP Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados) com ovos mexidos, bebida vegetal com café, açúcar e uma banana R26.381 Frango em cubos refogado com tomate e tempero verde, arroz, feijão,	D26.21AP Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados) com ovos mexidos, bebida vegetal com café, açúcar e uma fatia de mamão R26.774 Macarronada de carne moída (macarrão espaguete, carne bovina moída,

UMA REFEIÇÃO

Macronutrientes: Kcal - Calorias 479,750 CHO - Carboidratos 79,500(g) Pt - Proteínas 18,750(g) Lip - Lipídios 9,750(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 959,500 CHO - Carboidratos 159,000(g) Pt - Proteínas 37,500(g) Lip - Lipídios 19,500(g)

Vespertino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	12/10/26	13/10/26	14/10/26	15/10/26	16/10/26
	Semana 3	R25.49 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura ralada e molho de tomate (feito na escola)), abobrinha refogada, salada de repolho e uma laranja.	LL25.159AP Bolo pão de mel (50% farinha de trigo integral e sem leite de origem animal e/ou derivados), suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana.	R26.381 Frango em cubos refogado com tomate e tempero verde, arroz, feijão, brócolis com couve-flor refogado, salada de agrião e uma fatia de mamão.	R26.774 Macarronada de carne moída (macarrão espaguete, carne bovina moída, cenoura ralada ensopada com molho de tomate (feito na escola)), salada de alface, salada de beterraba cozida e uma maçã.

UMA REFEIÇÃO

Macronutrientes: Kcal - Calorias 479,750 CHO - Carboidratos 79,500(g) Pt - Proteínas 18,750(g) Lip - Lipídios 9,750(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 959,500 CHO - Carboidratos 159,000(g) Pt - Proteínas 37,500(g) Lip - Lipídios 19,500(g)



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE ENSINO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

Matutino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	19/10/26	20/10/26	21/10/26	22/10/26	23/10/26
	D26.48AP Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados) com ovos mexidos, bebida vegetal com café, açúcar e uma laranja LL26.85APL Salada de frutas (laranja, banana e maçã), aveia*, bebida vegetal *servir separadamente	R25.255AP Omelete de tomate com orégano, arroz, feijão, cenoura refogada, salada de alface e uma laranja	D25.76APL Pão doce liso (sem leite de origem animal e/ou derivados e sem manteiga) com ovo, bebida vegetal com café, açúcar e uma maçã. R26.216 Carne bovina em iscas refogada com tomate e cebola, arroz, feijão	D26.201AP Bebida vegetal batida com morango e mel, biscoito caseiro sem gordura trans e sem leite de origem animal e/ou derivados e uma laranja R26.944 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola)	D26.63AP Pão doce liso (sem leite de origem animal e/ou derivados) com ovos mexidos, tomate em fatia e alface, bebida vegetal com café e açúcar e uma banana R26.372AP Carne bovina em cubos refogada com tomate e abobrinha, arroz, feijão,

UMA REFEIÇÃO

Macronutrientes: Kcal - Calorias 497,800 CHO - Carboidratos 85,000(g) Pt - Proteínas 24,600(g) Lip - Lipídios 9,600(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 995,600 CHO - Carboidratos 170,000(g) Pt - Proteínas 49,200(g) Lip - Lipídios 19,200(g)

Vespertino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	19/10/26	20/10/26	21/10/26	22/10/26	23/10/26
	LL26.85APL Salada de frutas (laranja, banana e maçã), aveia*, bebida vegetal sem adição de açúcar com mel e biscoito caseiro (sem leite de origem animal e/ou derivados, sem gordura trans). *servir separadamente	R25.255AP Omelete de tomate com orégano, arroz, feijão, cenoura refogada, salada de alface e uma laranja	R26.216 Carne bovina em iscas refogada com tomate e cebola, arroz, feijão vermelho, chuchu refogado, salada de couve e uma fatia de mamão.	R26.944 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, polenta, salada de rúcula e uma banana.	R26.372AP Carne bovina em cubos refogada com tomate e abobrinha, arroz, feijão, purê de batata doce (sem leite de origem animal e/ou derivados - feito com bebida vegetal), salada de agrião e uma fatia de abacaxi

UMA REFEIÇÃO

Macronutrientes: Kcal - Calorias 497,800 CHO - Carboidratos 85,000(g) Pt - Proteínas 24,600(g) Lip - Lipídios 9,600(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 995,600 CHO - Carboidratos 170,000(g) Pt - Proteínas 49,200(g) Lip - Lipídios 19,200(g)



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
DIRETORIA DE ENSINO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA ESTADUAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

Matutino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	26/10/26	27/10/26	28/10/26	29/10/26	30/10/26
	D26.107AP Pão integral (sem leite de origem animal e/ou derivados) com ovos mexidos, bebida vegetal com café, açúcar e uma fatia de melão R25.401 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola),	D24.46APL Salada de frutas (mamão, maçã laranja), aveia*, bebida vegetal batida com mel e biscoito caseiro (sem leite de origem animal e/ou derivados e sem R26.198 Frango em iscas refogado com batata e tomate, arroz, feijão, abobrinha *servir separadamente	D24.48APL Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados e sem manteiga) com ovo mexido, bebida vegetal com café, açúcar e uma maçã. LL26.182AP Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados) com carne	D25.42APL Bolo de cenoura (sem leite de origem animal e/ou derivados), bebida vegetal sem adição de açúcar com café, açúcar e uma laranja. R26.153 Filé de tilápia assado (temperado com limão, alho, cebola, e tempero	D25.48AP Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados) com ovos mexidos, bebida vegetal com café, açúcar e uma banana LL23.252AP Bebida vegetal batida com mamão e banana, biscoito caseiro (sem

UMA REFEIÇÃO

Macronutrientes: Kcal - Calorias 386,600 CHO - Carboidratos 67,600(g) Pt - Proteínas 19,200(g) Lip - Lipídios 10,000(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 773,200 CHO - Carboidratos 135,200(g) Pt - Proteínas 38,400(g) Lip - Lipídios 20,000(g)

Vespertino	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	26/10/26	27/10/26	28/10/26	29/10/26	30/10/26
	R25.401 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola), legumes refogados (cenoura e chuchu), salada de alface e uma laranja.	R26.198 Frango em iscas refogado com batata e tomate, arroz, feijão, abobrinha refogada, salada de beterraba ralada e uma maçã.	LL26.182AP Pão massinha (sem leite de origem animal e/ou derivados) com carne moída ensopada com molho de tomate (feito na escola), alface, tomate, suco de laranja integral sem adição de açúcar e uma banana	R26.153 Filé de tilápia assado (temperado com limão, alho, cebola, e tempero verde), arroz com brócolis, feijão, salada de tomate e uma fatia de mamão.	LL23.252AP Bebida vegetal batida com mamão e banana, biscoito caseiro (sem leite de origem animal e/ou derivados e sem gordura trans) e uma fatia de melão.

UMA REFEIÇÃO

Macronutrientes: Kcal - Calorias 386,600 CHO - Carboidratos 67,600(g) Pt - Proteínas 19,200(g) Lip - Lipídios 10,000(g)

DUAS REFEIÇÕES

Macronutrientes: Kcal - Calorias 773,200 CHO - Carboidratos 135,200(g) Pt - Proteínas 38,400(g) Lip - Lipídios 20,000(g)