

SMEd

Secretaria de Município
da Educação



CARDÁPIO – REDE E NÍVEIS
30% NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS
CARDÁPIO – PATOLOGIAS REDE E NÍVEIS
30% NECESSIDADES NUTRICIONAIS DIÁRIAS

OBSERVAÇÃO:

CELÍACOS (Intolerantes ao Glúten): SUBSTITUIR AS PREPARAÇÕES COM MACARRÃO POR ARROZ.

DIABÉTICOS E INTOLERANTES A LACTOSE E OU APLV: PODEM UTILIZAR O MESMO CARDÁPIO DA REDE (COM MACARRÃO) POIS NÃO CONTÉM PREPARAÇÕES COM LEITE E TEM PREPARAÇÕES REDUZIDAS DE CARBOIDRATOS.

MAIO 2026

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
- Macarrão c/molho - Feijão - Sal. tomate - Laranja VCT: 326,7 kcal Prot.: 12,3 g Lip.: 9,2 g Carb.: 55,3 g	- Arroz - Feijão - Frango c/batatas - Sal vagem VCT: 342,9 kcal Prot.: 11,8 g Lip.: 9,1 g Carb.: 54,5 g	- Arroz - Feijão - Frango c/molho - Sal tomate - Banana VCT: 316,2 kcal Prot.: 10,2 g Lip.: 9,9 g Carb.: 53,3 g	- Arroz à carreteiro - Feijão - Batata doce assada - Sal tomate - Maçã VCT: 321,7 kcal Prot.: 12,4 g Lip.: 10,9 g Carb.: 54,6 g	- Arroz primavera - Feijão - Frango c/molho - Sal tomate/vagem - Banana VCT: 328,3 kcal Prot.: 11,0 g Lip.: 9,1 g Carb.: 52,4 g
- Arroz - Feijão - ovo cozido - Sal beterraba - Laranja VCT: 347,6 kcal Prot.: 11,3 g Lip.: 9,3 g Carb.: 52,3 g	- Arroz c/galinha - Feijão - Sal brócolis - Abóbora refogada VCT: 317,8 kcal Prot.: 11,6 g Lip.: 10,0 g Carb.: 47,6 g	- Macarrão c/carne - Feijão - Sal chuchu - Abacaxi VCT: 310,8 Cal Prot: 12,4 g Lip: 9,0 g Carb: 51,7 g	- Arroz - Feijão - Carne suína com legumes - Sal couve-flor - Banana VCT: 333,4 Cal Prot: 10,1 g Lip: 9,2 g Carb: 53,2 g	- Arroz - Feijão - Frango c/molho - Sal vagem - Abacaxi VCT: 335,2 kcal Prot.: 11,8 g Lip.: 9,8 g Carb.: 54,7 g
- Arroz - Feijão - Sal batata/cenoura e ovo	- Arroz c/couve - Feijão - Frango c/cenoura - Sal brócolis	- Arroz à carreteiro - Feijão - Abóbora refogada - Sal tomate	- Macarrão c/ frango - Feijão - Aipim - Sal brócolis	- Arroz - Feijão - Frango c/cenoura - Sal. couve-flor

- Laranja VCT: 321,2 kcal Prot.: 9,9 g Lip.: 8,7 g Carb.: 53,1 g	- Banana VCT: 339,4 kcal Prot.: 11,5 g Lip.: 9,7 g Carb.: 55,4 g	- Maçã VCT: 332,2 kcal Prot.: 11,9 g Lip.: 10,1 g Carb.: 52,9 g	- Banana VCT: 324,1 kcal Prot.: 12,0 g Lip.: 10,7 g Carb.: 53,1 g	- Maçã VCT: 333,2 kcal Prot.: 11,0 g Lip.: 9,5 g Carb.: 56,8 g
- Arroz - Feijão - Omelete de forno - Laranja VCT: 322,3 kcal Prot.: 10,4 g Lip.: 9,1 g Carb.: 54,8 g	- Sopa verde (ervilha) - Abacaxi VCT: 332,6 kcal Prot.: 12,0 g Lip.: 8,9 g Carb.: 53,8 g	- Arroz c/galinha - Feijão - Sal brócolis - Abóbora refogada VCT: 317,8 kcal Prot.: 11,6 g Lip.: 10,0 g Carb.: 47,6 g	- Macarrão c/carne - Feijão - Sal chuchu - Abacaxi VCT: 310,8 Cal Prot.: 12,4 g Lip.: 9,0 g Carb.: 51,7 g	- Arroz c/couve - Feijão - Carne suína com cenoura - Sal couve-flor - Maçã VCT: 313,2 kcal Prot.: 12,5 g Lip.: 9,0 g Carb.: 51,7 g

OBSERVAÇÕES:

Os cardápios devem ser impressos e fixados na área de preparo de alimentos.

Salientamos que as preparações descritas no cardápio devem ser executadas pela escola, pois são calculadas conforme as necessidades nutricionais dos alunos. Em caso de substituição, esta deverá ser feita por outra semelhante descrita em outro dia.

*** Esse cardápio tem validade até a chegada do roteiro de Junho.**

* Receitas através de Fichas Técnicas de Preparação no site da SMed – Núcleo de Alimentação Escolar.

* **Agricultura Familiar:** Caso os agricultores não consigam entregar algum item e esse esteja presente no cardápio enviado pelo NAE, orientamos que utilizem preparações de um outro dia com as hortaliças que possuem na escola. Não esquecendo que tem substituir o cardápio completo.

Equipe Técnica de Alimentação Escolar

Suelen Dias
Nutricionista Responsável Técnica