

CARDÁPIO: NÍVEIS I e II - TURNO PARCIAL (EMEI's)

(20% das necessidades nutricionais diárias)

NÍVEIS I e II (idade: 4 anos a 6 anos)

ATENÇÃO PARA O CORTE CORRETO DAS FRUTAS CONFORME A IDADE:

Abacaxi, Mamão, Manga e Melão: Picar.

Banana: Ofertar inteira com casca, mas deve observar se não haverá desperdício, se houver pode ofertar picada.

Bergamota: Ofertar inteira com casca, mas deve observar se não haverá desperdício, se houver pode ofertar picada.

Laranja: Picar, sem casca, sem semente. Cuidado com a semente..

Maçã: Picar, com ou sem casca, sem sementes

Morango: Inteiro.

IMPORTANTE OBSERVAR A INDIVIDUALIDADE DE CADA CRIANÇA.

JUNHO/JULHO-2026

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
-Arroz -Feijão -Sal. batata/cenoura/ovo -Laranja	-Arroz -Feijão -Carne c/ abóbora -Sal. alface/tomate -Bergamota	-Macarrão c/ carne -Feijão -Sal. Chuchu -Mamão	-Arroz c/ frango -Feijão -Couve refogada -Banana	-Arroz -Feijão -Frango c/ cenoura -Sal. tomate -Maçã
VCT: 272,9kcal Prot.: 9,5g Lip.: 5,7g Carb.: 47,1g	VCT: 291,8kcal Prot.: 11,7g Lip.: 8,2g Carb.: 44,3g	VCT: 291,7kcal Prot.: 11,3g Lip.: 8,3g Carb.: 45,7g	VCT: 272,0kcal Prot.: 12,5g Lip.: 5,1g Carb.: 45,8g	VCT: 273,kcal Prot.: 10,3g Lip.: 5,4g Carb.: 47,6g
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
-Arroz c/ couve -Feijão -Ovo cozido -Sal. Tomate -Laranja	-Sopão de legumes c/ carne -Maçã	-Macarrão c/ frango -Feijão -Sal. Repolho -Batata doce assada -Banana	-Arroz -Feijão -Frango c/ batatas -Sal. Brócolis -Bergamota	-Arroz à carreteiro -Feijão -Sal. Beterraba -Mamão
VCT: 270,0kcal Prot.: 14,0g Lip.: 7,5g Carb.: 38,0g	VCT: 289,1kcal Prot.: 11,5g Lip.: 4,4g Carb.: 53,2g	VCT: 217,8kcal Prot.: 12,5g Lip.: 2,4g Carb.: 37,0g	VCT: 284,6kcal Prot.: 12,8g Lip.: 6,1g Carb.: 46,7g	VCT: 273,5kcal Prot.: 10,3g Lip.: 5,4g Carb.: 47,6g
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
-Macarrão c/ molho -Feijão -Sal. Couve-flor -Sal. Tomate -Laranja	-Arroz c/ frango -Feijão -Couve refogada -Maçã	-Arroz -Feijão -Jardineira de legumes -Sal. Tomate -Banana	-Arroz -Feijão -Frango c/ batatas -Sal. cenoura/repolho -Bergamota	-Arroz c/ couve -Feijão -Carne c/ molho -Abóbora refogada -Mamão
VCT: 266,7kcal Prot.: 10,4g Lip.: 5,3g Carb.: 47,0g	VCT: 281,5kcal Prot.: 10,8g Lip.: 8,3g Carb.: 43,3g	VCT: 288,2kcal Prot.: 10,0g Lip.: 5,4g Carb.: 52,2g	VCT: 283,9kcal Prot.: 11,8g Lip.: 6,0g Carb.: 46,7g	VCT: 268,2kcal Prot.: 11,1g Lip.: 7,3g Carb.: 41,4g
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
-Arroz -Feijão -Sal. batata/cenoura/ovo -Laranja	-Arroz à carreteiro -Feijão -Sal. Beterraba -Mamão	-Macarrão c/ frango -Feijão -Sal. Repolho -Batata doce assada -Banana	-Arroz -Feijão -Carne c/ molho -Sal. Repolho -Maçã	Sopão de legumes c/ frango-Abacaxi
VCT: 272,9kcal Prot.: 9,5g Lip.: 5,7g Carb.: 47,1g	VCT: 273,5kcal Prot.: 10,3g Lip.: 5,4g Carb.: 47,6g	VCT: 289,1kcal Prot.: 11,5g Lip.: 4,4g Carb.: 53,2g	VCT: 293,6kcal Prot.: 11,7g Lip.: 6,4g Carb.: 49,2g	VCT: 222,6kcal Prot.: 10,9g Lip.: 4,5g Carb.: 35,1g

OBSERVAÇÕES IMPORTANTES!

- Este cardápio tem validade a partir da chegada do Roteiro Junho (entre 08/06 e 24/06) até a chegada do Roteiro Agosto (entre 03/08 a 19/08) na sua unidade escolar.
- Todos os cardápios utilizados pela unidade escolar devem ser impressos e fixados na área de preparo de alimentos (cozinha) e também devem ser expostos para a comunidade escolar.
- Todas as preparações descritas nos cardápios devem ser executadas pelos manipuladores de alimentos (merendeira) da unidade escolar, pois são calculadas de acordo com as necessidades nutricionais dos alunos.
- Para todas as preparações descritas nos cardápios há Fichas Técnicas de Preparação (FTP) disponível no site que devem obrigatoriamente ser seguidas a fim de garantir a padronização das refeições.
- Caso seja necessário realizar a substituição do cardápio deve trocar todas as preparações, ou seja, o cardápio deve ser ofertado na sua totalidade.
- Podem acrescentar vegetais (hortaliças, legumes e verduras) nos cardápios diários, caso haja excedente na unidade escolar.
- **Segunda-feira** = Sem carne, é obrigatório servir LARANJA junto com a refeição salgada
- **Quarta-feira** = Dia de Massa, é obrigatório servir para todos os turnos.
- **Atenção! Obrigatório deixar o Feijão em demolho por, no mínimo, 24 horas.**
- 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 se deve substituir o dia completo.