

## PLANEJAMENTO DE CARDÁPIOS

2026

### MODALIDADES: FUNDAMENTAL, PRÉ-ESCOLA, EJA, MÉDIO, QUILOMBOLA

#### **JANEIRO**

ARROZ COM CENOURA E ISCA DE CARNE E FAROFA  
ESCONDIDINHO DE CARNE COM MIX DE LEGUMES (COUVE E CENOURA).  
FRANGO A PASSARINHO COM ARROZ E CENOURA RALADA  
LEITE COM BISCOITO SALGADO  
MACARRÃO COM FRANGO DESFIADO COM LEGUMES ( REPOLHO E CENOURA)  
MINGAU DE ARROZ COM LEITE  
MISTO DE CARNE E FRANGO COM MACARRÃO  
SOPA (MACAXEIRA, MAXIXE, REPOLHO, CENOURA)  
SUCO DE FRUTAS (ACEROLA) COM BISCOITO SALGADO  
SUCO DE FRUTAS (GOIABA) COM PÃO E MARGARINA  
VITAMINA DE MAMÃO

#### **FEVEREIRO**

FRANGO DESFIADO COM MIX DE LEGUMES (REPOLHO E CENOURA), FEIJÃO E MACARRÃO  
PÃO COM CARNE MOÍDA E SUCO DE FRUTAS (CAJU)  
SOPA (MACAXEIRA, MAXIXE, REPOLHO, FEIJÃO-VERDE, CENOURA)  
VITAMINA DE MAMÃO

#### **MARÇO**

ARROZ COM CENOURA E ISCA DE CARNE E FAROFA  
BAIÃO DE DOIS COM FRANGO AO MOLHO  
CANJA  
CARNE MOÍDA AO MOLHO COM MACARRÃO  
FEIJÃO RICO COM ARROZ E ISCA DE CARNE  
FRANGO A PASSARINHO COM ARROZ  
FRANGO DESFIADO COM MIX DE LEGUMES, FEIJÃO COM ABÓBORA E MACARRÃO  
LEITE COM BISCOITO SALGADO  
MACARRÃO COM SARDINHA  
MINGAU DE ARROZ COM MIRITI  
MINGAU DE TAPIOCA  
PÃO COM FRANGO DESFIADO E SUCO DE FRUTAS  
SOPA  
SUCO DE FRUTAS COM BISCOITO DOCE  
SUCO DE FRUTAS COM PÃO E MARGARINA  
VITAMINA DE ABACATE

#### **ABRIL**

ARROZ COM CENOURA E ISCA DE CARNE E FAROFA  
BAIÃO DE DOIS COM FRANGO AO MOLHO  
CANJA  
CARNE MOÍDA AO MOLHO COM MACARRÃO  
FEIJÃO RICO COM ARROZ E ISCA DE CARNE  
FRANGO A PASSARINHO COM ARROZ



FRANGO A PASSARINHO COM ARROZ  
FRANGO DESFIADO COM MIX DE LEGUMES, FEIJÃO COM ABÓBORA E MACARRÃO  
LEITE COM BISCOITO SALGADO  
MACARRÃO COM SARDINHA  
MINGAU DE ARROZ COM MIRITI  
PÃO COM FRANGO DESFIADO E SUCO DE FRUTAS  
SOPA  
SUCO DE FRUTAS COM BISCOITO DOCE  
VITAMINA DE ABACATE

## MAIO

CAMARÃO COM MACARRÃO E FRUTA  
CANJA  
ESCONDIDINHO DE CARNE COM MIX DE LEGUMES.  
FEIJÃO RICO COM ARROZ E ISCA DE CARNE  
FRANGO DESFIADO COM MIX DE LEGUMES, FEIJÃO COM ABÓBORA E MACARRÃO  
FRANGO GUIADO COM BATATA, CENOURA E REPOLHO, ARROZ E FARINHA  
FRAPÊ DE BANANA E MAÇÃ  
ISCA DE CARNE, ARROZ, MIX DE LEGUMES E FAROFA  
LEITE COM PÃO E FRUTA  
MACARRÃO COM SARDINHA  
MINGAU DE FARINHA DE TAPIOCA  
PEIXE ENSOPADO COM ARROZ, ABOBORA E FRUTA  
SOPA  
SUCO DE FRUTAS COM BISCOITO DOCE  
SUCO DE FRUTAS COM BISCOITO SALGADO  
SUCO DE FRUTAS COM PÃO E MARGARINA

## JUNHO

ARROZ COM FRANGO DESFIADO, MIX DE LEGUMES (FEIJÃO -VERDE)  
CACHORRO QUENTE E SUCO DE FRUTAS  
CANJA  
ESCONDIDINHO DE CARNE COM MIX DE LEGUMES.  
FEIJÃO COM COUVE, ARROZ E CARNE EM CUBOS  
FEIJÃO RICO COM ARROZ E ISCA DE CARNE  
FRANGO A PASSARINHO COM ARROZ  
FRAPÊ DE BANANA E MAÇÃ  
LEITE COM PÃO E FRUTA  
MACARRÃO COM SARDINHA  
MACARRONADA DE FRANGO, MIX DE LEGUMES E FRUTAS  
MINGAU DE ARROZ COM MIRITI  
MINGAU DE FARINHA DE TAPIOCA  
MINGAU DE MILHO BRANCO  
SOPA  
SUCO DE FRUTAS COM BISCOITO SALGADO E MARGARINA

## AGOSTO

CANJA  
FEIJÃO COM COUVE E ABÓBORA, ARROZ E CARNE SUÍNA  
FRANGO DESFIADO COM PÃO E SUCO

FRANGO GUISADO COM BATATA, CENOURA E REPOLHO, ARROZ E FARINHA  
LEITE COM BISCOITO SALGADO E FRUTA  
MACARRONADA DE CARNE MOÍDA  
MINGAU DE ARROZ COM AÇAÍ  
PEIXE ENSOPADO COM ARROZ, ABOBORA E FRUTA  
PEIXE FRITO COM AÇAÍ  
SOPA  
SUCO DE FRUTAS COM BISCOITO DOCE  
SUCO DE FRUTAS COM BISCOITO SALGADO  
VITAMINA DE ABACATE

## SETEMBRO

CANJA  
CARNE MOÍDA AO MOLHO COM MACARRÃO  
ESTROGONOFE NUTRITIVO DE FRANGO, ARROZ, LEGUMES E FRUTAS  
FEIJÃO COM COUVE E ABÓBORA, ARROZ E CARNE MOÍDA  
FRANGO DESFIADO COM PÃO E SUCO  
FRANGO GUISADO COM BATATA, CENOURA E REPOLHO, ARROZ E FARINHA  
FRAPÊ DE BANANA E MAÇÃ  
ISCA MISTA DE CARNE E FRANGO, ARROZ E FAROFA  
LEITE COM BISCOITO E FRUTA  
LEITE COM PÃO E FRUTA  
MINGAU DE ARROZ COM AÇAÍ  
PÃO COM CARNE MOÍDA E SUCO DE FRUTAS  
SOPA  
SUCO DE FRUTAS COM BISCOITO SALGADO  
VITAMINA DE ABACATE

## OUTUBRO

BAIÃO DE DOIS COM FRANGO AO MOLHO  
CANJA  
CARNE MOÍDA AO MOLHO COM MACARRÃO  
CARNE SUÍNA COM MIX DE LEGUMES E ARROZ, FEIJÃO  
ESCONDIDINHO DE CARNE COM MIX DE LEGUMES.  
FEIJÃO RICO COM ARROZ E ISCA DE CARNE  
FRANGO A PASSARINHO COM ARROZ  
FRANGO DESFIADO COM PÃO E SUCO  
FRAPÊ DE BANANA E MAÇÃ  
ISCA DE CARNE, ARROZ, MIX DE LEGUMES E FAROFA  
MACARRÃO COM SARDINHA  
MINGAU DE TAPIOCA  
PÃO COM CARNE MOÍDA E SUCO DE FRUTAS  
SOPA  
SUCO DE FRUTAS COM BISCOITO DOCE  
VITAMINA DE MAMÃO

## NOVEMBRO

BAIÃO DE DOIS COM FRANGO AO MOLHO  
CANJA  
FEIJÃO RICO COM ARROZ E ISCA DE CARNE  
FRANGO A PASSARINHO COM ARROZ

FRANGO DESFIADO COM PÃO E SUCO  
FRAPÊ DE BANANA E MAÇÃ  
LEITE COM PÃO E FRUTA  
MACARRÃO COM SARDINHA  
MACARRONADA DE FRANGO, MIX DE LEGUMES E FRUTAS  
MINGAU DE ARROZ COM AÇAI  
MINGAU DE TAPIOCA  
PÃO COM CARNE MOÍDA E SUCO DE FRUTAS SOPA  
SUCO DE FRUTAS COM BISCOITO DOCE  
SUCO DE FRUTAS COM PÃO

## DEZEMBRO

BAIÃO DE DOIS COM FRANGO AO MOLHO  
CANJA  
CARNE MOÍDA AO MOLHO COM MACARRÃO  
FRANGO DESFIADO COM PÃO E SUCO  
ISCA DE CARNE, ARROZ, MIX DE LEGUMES E FAROFA  
LEITE COM BISCOITO SALGADO  
LEITE COM BISCOITO SALGADO  
MACARRÃO COM SARDINHA  
MACARRONADA DE FRANGO, MIX DE LEGUMES E FRUTAS  
MINGAU DE ARROZ COM AÇAI  
MINGAU DE TAPIOCA  
PÃO COM CARNE MOÍDA E SUCO DE FRUTAS  
SOPA  
SUCO DE FRUTAS COM PÃO  
VITAMINA DE MAMÃO

  
Alireza Gomes Mendes  
Nutricionista  
CRN 7 1446