MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL
CAMPUS VIAMÃO

CARDÁPIO

PREPARAÇÃO	PER CAPTA
Arroz (branco, parboilizado e/ou integral)	180 gramas
Leguminosa (feijão/lentilha)	100 gramas
Proteína Animal	
Sem osso	120 gramas
Com osso	200 gramas
Proteína Vegetal	120 gramas
Guarnição	130 gramas
Salada	
Crua	30 gramas
Cozida	80 gramas
Sobremesa	100 gramas/01 unidade
Bebida	200 ml

OBSERVAÇÕES DO CARDÁPIO

A Resolução CD/FNDE Nº 4, de 26 de fevereiro de 2026, que dispõe sobre a gestão e a oferta da alimentação escolar aos estudantes da educação básica no âmbito do Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE estabelece que os cardápios da alimentação escolar devem atender aos dispostos:

Art. 17. Os cardápios da alimentação escolar devem ser elaborados pelo nutricionista RT do PNAE, tendo como base a utilização de alimentos in natura ou minimamente processados, de modo a respeitar as necessidades nutricionais, os hábitos alimentares, a cultura alimentar da localidade e pautar-se na sustentabilidade, sazonalidade, diversificação agrícola da região e na promoção da alimentação adequada e saudável.

§ 1o Os cardápios devem ser adaptados para atender aos estudantes diagnosticados com necessidades alimentares especiais e comportamentos alimentares atípicos, tais como: doença celíaca, diabetes, hipertensão, anemias, alergias, intolerâncias alimentares, seletividade alimentar, dentre outras.

Art. 18. Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, às necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV, sendo de:

VI - no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia, macronutrientes, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para os estudantes participantes de programas de educação em tempo integral e para os matriculados em escolas de tempo integral.

§ 2o Em unidades escolares que ofertam alimentação escolar em período integral, os cardápios devem ofertar, obrigatoriamente, no mínimo, 520g/estudantes/semana de frutas in natura, legumes e verduras, assim distribuídos:

I - frutas in natura, no mínimo, quatro dias por semana; e

II - legumes e verduras, no mínimo, cinco dias por semana.

§ 3o As bebidas à base de frutas não substituem a obrigatoriedade da oferta de frutas in natura.

§ 4o É obrigatória a inclusão de alimentos fonte de ferro heme, no mínimo, quatro dias por semana nos cardápios escolares, sendo que no caso da substituição pela oferta de alimentos fonte de ferro não heme, estes devem ser acompanhados de facilitadores da sua absorção, como alimentos fonte de vitamina C.

§ 5o É obrigatória a inclusão de alimentos fonte de vitamina A pelo menos três dias por semana nos cardápios escolares.

Art. 19. Para as refeições da alimentação dos estudantes com mais de três anos de idade, recomenda-se no máximo:

I - 7% (sete por cento) da energia total proveniente de açúcar simples adicionado;

II - 15% (quinze por cento) a 30% (trinta por cento) da energia total proveniente de gorduras totais;

III - 7% (sete por cento) da energia total proveniente de gordura saturada;

VI - 1.400mg (mil e quatrocentos miligramas) de sódio ou 3,5g (três vírgula cinco gramas) de sal per capita, em período integral, quando ofertadas três ou mais refeições.

Parágrafo único. Recomenda-se que os cardápios do PNAE ofereçam diferentes alimentos por semana, de acordo com o número de refeições ofertadas:

III - mínimo de vinte e três alimentos in natura ou minimamente processados por semana, para cardápios que forneçam três ou mais refeições/dia ou atendem a 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais diárias.

Art. 22. É proibida a utilização de recursos financeiros federais do PNAE para aquisição dos seguintes alimentos e bebidas ultraprocessados: refrigerantes; néctar e refrescos artificiais; bebidas ou concentrados à base de xarope de guaraná ou groselha; chás prontos para consumo e outras bebidas similares; cereais com aditivo ou adoçado; balas e similares; confeito; bombom; chocolate em barra granulado; biscoito ou bolacha recheada; bolo com cobertura ou recheio; barra de cereal com aditivo ou adoçada; gelados comestíveis; gelatina; temperos com glutamato monossódico ou sais sódicos; maionese e alimentos em pó ou para reconstituição.

MINISTÉRIO DA EDUCAÇÃO
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO PROFISSIONAL E TECNOLÓGICA
INSTITUTO FEDERAL DE EDUCAÇÃO, CIÊNCIA E TECNOLOGIA DO RIO GRANDE DO SUL
CAMPUS VIAMÃO

Recomendações:

- **Arroz:** Poderá ser utilizado arroz branco, parboilizado e/ou integral, recomendando-se variar os tipos ofertados e priorizar, sempre que possível, opções com maior teor de fibras.

- **Sobremesa**: Oferta de frutas conforme a sazonalidade (aprox. 100g/unidade).

- **Bebida:** Priorizar a oferta de água. Quando ofertado suco, utilizar suco natural ou suco integral de fruta, na porção de 200 mL, sem adição de açúcar.

gov.br
Documento assinado digitalmente
CAMILA VERONESE
Data: 25/09/2026 11:53:36-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

gov.br
Documento assinado digitalmente
MAIARA BETTANIN
Data: 25/09/2026 11:56:49-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br