



**PREFEITURA DE PINHEIROS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**Cardápio – ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - 6 a 15 anos**

<b>REFEIÇÃO</b>	<b>Segunda-Feira</b>	<b>Terça-Feira</b>	<b>Quarta-Feira</b>	<b>Quinta-Feira</b>	<b>Sexta-Feira</b>
	<b>01.06.2026</b>	<b>02.06.2026</b>	<b>03.06.2026</b>	<b>04.06.2026</b>	<b>05.06.2026</b>
<b>Café da Manhã 7h</b>	Suco de Manga + Biscoitos + Fruta	Banana da Terra ou Batata Doce Cozida + Leite com Café	Leite Queimado + Biscoito	<b>FERIADO</b>	Vitamina de Goiaba + Pão Caseiro c/ Manteiga
<b>Lanche Matinal 09:10h</b>	Vitamina de Goiaba + Pão Caseiro c/ Manteiga	Biscoito + Suco + Fruta	Pão de Sal com Ovos + Suco		Leite batido com Cacau + Biscoitos
<b>Almoço 12:00h</b>	Polenta com Frango e Legumes + Arroz + Feijão	Arroz, Feijão, Farofa Profoco, Frango Assado, Salada de Verduras variadas	Arroz, Feijão, Canjiquinha com Carne em Cubos e Legumes + Fruta		Arroz, Feijão, Purê de Batata, Frango cozido, salada de verduras cozidas variadas
<b>Jantinha 15:20h</b>	Macarronada ou Molho de Tomate e Carne Moída	Moqueca de Banana da Terra + Frango grelhado + Arroz	Torta Capixaba de Repolho + Arroz + Frango em cubos grelhado		Arroz carreteiro (Arroz + Verduras + Carne em cubos picada) + Feijão

**Nutricionistas:**

**Ana Carolina Sebim – CRN4 25100351**

**Leticia Nascimento Contarato – CRN4 23103960**



**PREFEITURA DE PINHEIROS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**Cardápio – ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - 6 a 15 anos**

<b>REFEIÇÃO</b>	<b>Segunda-Feira</b>	<b>Terça-Feira</b>	<b>Quarta-Feira</b>	<b>Quinta-Feira</b>	<b>Sexta-Feira</b>
	<b>08.06.2026</b>	<b>09.06.2026</b>	<b>10.06.2026</b>	<b>11.06.2026</b>	<b>12.06.2026</b>
<b>Café da Manhã 7h</b>	Leite Queimado + Biscoito + Fruta	Vitamina de Goiaba + Pão Caseiro c/ Manteiga	Vitamina (Polpa de Goiaba c/ Leite) + Biscoito	Banana da Terra ou Batata Doce Cozida + Leite com Café	Leite com Cacau + Biscoito + Fruta
<b>Lanche Matinal 09:10h</b>	Banana da Terra ou Batata Doce Cozida + Leite com Café	Suco + Bolo de Cacau ou de Fubá	Leite Queimado + Biscoito	Leite com Cacau + Biscoito + Fruta	Leite com Café + Pão Caseiro c/ Manteiga
<b>Almoço 12:00h</b>	Farofa de Ovos com Cenoura + Arroz + Feijão + Salada crua	Arroz, Feijão, Carne Moída Ensopada com Batata e Salada crua + Suco ou Fruta	Quibe Assado + Arroz + Feijão Salada crua	Macarrão colorido + Molho + Carne Moída + Feijão + Arroz	Arroz, Feijão, Farofa Profoco, Frango cozido, Salada de Verduras variadas
<b>Jantinha 15:20h</b>	Macarronada ou Molho de Tomate e Carne Moída	Canjiquinha com Frango + Arroz + Feijão + Verduras	Arroz carreteiro (Arroz + Verduras + Carne em cubos picada) + Suco	Canjiquinha + Coxa e Sobrecosta ensopada + Arroz + Feijão	Pão com Carne Moída + Suco

**Nutricionistas:**

**Ana Carolina Sebim – CRN4 25100351**

**Leticia Nascimento Contarato – CRN4 23103960**



**PREFEITURA DE PINHEIROS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**Cardápio – ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - 6 a 15 anos**

<b>REFEIÇÃO</b>	<b>Segunda-Feira</b>	<b>Terça-Feira</b>	<b>Quarta-Feira</b>	<b>Quinta-Feira</b>	<b>Sexta-Feira</b>
	<b>15.06.2026</b>	<b>16.06.2026</b>	<b>17.06.2026</b>	<b>18.06.2026</b>	<b>19.06.2026</b>
<b>Café da Manhã 7h</b>	Banana da Terra ou Batata Doce Cozida + Leite com Café	Café com Leite + Pão Caseiro	Banana da Terra ou Batata Doce Cozida + Leite com Café	Vitamina (Polpa de Goiaba c/ Leite) + Biscoito	Suco + Pão de Sal com Manteiga
<b>Lanche Matinal 09:10h</b>	Café com Leite Biscoito + Biscoito	Leite com Cacau + Bolo de Fubá ou Bolo de Cacau	Vitamina de Polpa/Frutas + Biscoitos	Bolo de Fubá + Leite com Café	Leite batido com Cacau + Biscoitos
<b>Almoço 12:00h</b>	Arroz, Feijão, Carne Moída com Batata e Salada crua + Suco ou Fruta	Carne em Cubos + Polenta + Arroz + Feijão + Salada	Feijão Tropeiro (Feijão, Farinha, Carne em cubos + Banana + Cenoura + Ovos) + Arroz + Suco	Purê de Batata + Carne em Cubos ensopada + Arroz + Feijão + Verduras	Arroz carreteiro (Arroz + Verduras + Carne em cubos picada) + Farofa da Profoco+ Feijão
<b>Jantinha 15:20h</b>	Canjiquinha + Peito de Frango Esopado + Arroz + Feijão	Purê de Batata + Carne em Cubos ensopada + Arroz + Feijão + Verduras	Peito de Frango + Polenta + Arroz + Feijão	Péla-Égua (Canjiquinha com Frango ou Carne Moída e Verduras)	Farofa de Ovos com Cenoura + Arroz + Salada

**Nutricionistas:**

**Ana Carolina Sebim – CRN4 25100351**

**Leticia Nascimento Contarato – CRN4 23103960**



**PREFEITURA DE PINHEIROS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**Cardápio – ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - 6 a 15 anos**

<b>REFEIÇÃO</b>	<b>Segunda-Feira</b>	<b>Terça-Feira</b>	<b>Quarta-Feira</b>	<b>Quinta-Feira</b>	<b>Sexta-Feira</b>
	<b>22.06.2026</b>	<b>23.06.2026</b>	<b>24.06.2026</b>	<b>25.06.2026</b>	<b>27.06.2026</b>
<b>Café da Manhã</b> <b>7h</b>	Suco de Manga + Biscoitos + Fruta	Leite com Cacau + Biscoito + Fruta	Banana da Terra ou Batata Doce Cozida + Leite com Café	Vitamina (Polpa de Goiaba c/ Leite) + Biscoito	Bolo de Fubá <b>ou</b> Cacau <b>ou</b> Milho + Suco
<b>Lanche Matinal</b> <b>09:10h</b>	logurte + Biscoito	Bolo de Cacau ou Bolo de Fubá com + Leite Queimado	<b>Pipoca + Suco + Fruta</b>	Café com Leite + Pão Caseiro	Suco de Manga + Biscoito
<b>Almoço</b> <b>12:00h</b>	Strogonoff de Frango + Arroz e Salada crua + Farofa	Arroz, Feijão, Polenta, Carne Moída Ensopada com Batata e Salada crua	Purê de Batata + Carne em Cubos ensopada + Arroz + Feijão + Verduras	Torta Capixaba de Repolho + Arroz + Frango em cubos grelhado	Canjiquinha com Frango + Arroz + Feijão + Verduras
<b>Jantinha</b> <b>15:20h</b>	Arroz, Feijão, Carne Moída Refogada + Farofa Profoco	Macarronada ao Molho com Carne Moída	<b>Canjica Branca</b>	<b>Caldo de Aipim (com Carne Moída e Cheiro Verde) + Arroz + Suco</b>	Polenta + Arroz + Frango ensopado com Batatinha

**Nutricionistas:**

**Ana Carolina Sebim – CRN4 25100351**

**Leticia Nascimento Contarato – CRN4 23103960**



**PREFEITURA DE PINHEIROS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**Cardápio – ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - 6 a 15 anos**

<b>REFEIÇÃO</b>	<b>Segunda-Feira</b>	<b>Terça-Feira</b>
	<b>29.06.2026</b>	<b>30.06.2026</b>
<b>Café da Manhã 7h</b>	Pão de Sal com Manteiga + Leite com Café	Vitamina (Polpa de Goiaba c/ Leite) + Biscoito
<b>Lanche Matinal 09:10h</b>	Suco + Biscoito	Café com Leite + Pão Caseiro
<b>Almoço 12:00h</b>	Arroz, Feijão, Carne Moída com Batata e Salada crua + Suco ou Fruta	Macarrão colorido + Molho + Carne Moída + Feijão + Arroz
<b>Jantinha 15:20h</b>	Torta de Liquidificador (Carne moída OU frango desfiado + Verduras) + Arroz + Salada crua *Servir com suco	Hamburguer + Suco

**Nutricionistas:**

**Ana Carolina Sebim – CRN4 25100351**

**Leticia Nascimento Contarato – CRN4 23103960**



**PREFEITURA DE PINHEIROS**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**Cardápio – ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - 6 a 15 anos**

**OBSERVAÇÕES GERAIS:**

- Proibido usar itens da alimentação escolar para outros fins, os alimentos são exclusivamente para os alunos (lei nº 11.947/2009)
- O cardápio proposto é elaborado por nutricionistas seguindo a resolução 06 de maio de 2020 e suas alterações.
- Biscoito, bolacha, pão ou bolo poderá ser ofertado, no máximo, duas vezes por semana quando ofertada uma refeição, em período parcial; no máximo, três vezes por semana quando ofertada duas refeições ou mais, em período parcial;
- O cardápio deve ser seguido. Substituí-lo somente quando necessário (informar a diretora e a nutricionista).
- As frutas deverão ser servidas de acordo com o disposto no cardápio e a disponibilidade, no mínimo 2x na semana.
- Suco não substitui fruta.
- Os produtos oriundos da agricultura familiar deverão ser inseridos no cardápio da melhor forma possível, de acordo com a disponibilidade (entrega) do mesmo.
- Caso necessário substituir a salada crua por legumes cozidos ou vice-versa.
- Para alunos com restrições alimentares (diabetes, intolerância à lactose, alergia a proteína do leite de vaca, alergia ao ovo etc) apresentar o laudo a nutricionista para que a alimentação adequada possa ser providenciada.
- Evitar o uso em excesso do óleo de soja, sal e de corante nas preparações.
- Não fazer preparações fritas, como batatinha, mandioca, carnes fritas e etc.

**Nutricionistas:**

**Ana Carolina Sebim – CRN4 25100351**

**Leticia Nascimento Contarato – CRN4 23103960**