



CARDÁPIO ESCOLAR

ESCOLAS PARCIAIS

JUNHO
2026

PREFEITURA MUNICIPAL DE
SENGÊS
MELHOR A CADA DIA



Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
PARA ALUNOS DA ZR:				
CAFÉ DA MANHÃ (8H): bolacha salgada ou doce, rosquinha/Café com leite, chá ou achocolatado LANCHE (12H): mingau de aveia/maisena, iogurte/leite com cereal, bolacha/rosquinha/torrada/pipoca/polenta com carne moída. Café com leite/chá/achocolatado/suco integral/vitamina de banana com leite				
1ª SEMANA				
1 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne moída Salada de legumes	2 Arroz e feijão Carne de porco Salada de legumes	3 Arroz e feijão Carne em iscas com batata/mandioca Fruta da época	4 FERIADO	5 RECESSO
R.E: Macarrão sem glúten e sem ovos				
2ª SEMANA				
8 Macarrão (Ave Maria) com molho de tomate e atum Salada de legumes	9 Arroz e feijão Carne de frango em cubos Salada de legumes	10 Pão francês com carne moída Suco de fruta 100% Fruta da época	11 Arroz e feijão Quirera com carne de porco Salada de folhas Fruta da época	12 Canjica (canela à gosto) Fruta da época
R.E: Macarrão sem glúten e sem ovos		Pão sem glúten Suco de qualquer fruta exceto pêssego		Leite vegetal/zero lactose/adoçante
3ª SEMANA				
15 Arroz Quirera com carne de porco Salada de legumes	16 Arroz e feijão cozido Carne em iscas com batata/mandioca Salada de legumes	17 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	18 Arroz e feijão Carne moída Salada de folhas Fruta da época	19 Arroz doce moreninho (canela à gosto) Fruta da época
				Utilizar adoçante
4ª SEMANA				
22 Polenta cremosa Molho de tomate com carne moída Salada de legumes	23 Arroz e feijão Carne em iscas Salada de legumes	24 Pão francês com carne de porco (desfiada) Suco de fruta 100% Fruta da época	25 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	26 Bolo de milho Chá Fruta da época
R.E.		Pão sem glúten Suco de qualquer fruta exceto pêssego		Bolo sem açúcar, ovos, leite e glúten
5ª SEMANA				
29 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne moída Salada de legumes	30 Arroz cozido Virado de feijão com carne de porco Salada de legumes			
R.E: Macarrão sem glúten/ovos				

Qualquer dúvida é importante entrar em contato com o nutricionista.

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª SEMANA				
1 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne moída Salada de legumes	2 Arroz e feijão Carne de porco Salada de legumes	3 Arroz e feijão Carne em iscas com batata/mandioca Fruta da época	4 FERIADO	5 RECESSO
R.E.: macarrão sem ovos e sem molho de tomate				
2ª SEMANA				
8 Macarrão (Ave Maria) com molho de tomate e atum Salada de legumes	9 Arroz e feijão Carne de frango em cubos Salada de legumes	10 Canjica (canela à gosto) Fruta da época	11 Arroz e feijão Quirera com carne de porco Salada de folhas Fruta da época	12 Pão francês com carne moída Suco de fruta 100% Fruta da época
R.E.: macarrão sem ovos e sem molho de tomate				
3ª SEMANA				
15 Arroz Quirera com carne de porco Salada de legumes	16 Arroz e feijão cozido Carne em iscas com batata/mandioca Salada de legumes	17 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	18 Arroz e feijão Carne moída Salada de folhas Fruta da época	19 Arroz doce moreninho (canela à gosto) Fruta da época
4ª SEMANA				
22 Arroz Polenta cremosa Molho de tomate com carne moída Salada de legumes	23 Arroz e feijão Carne em iscas Salada de legumes	24 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	25 Bolo de milho Chá Fruta da época	26 Pão francês com carne de porco (desfiada) Suco de fruta 100% Fruta da época
R.E.: carne sem molho de tomate			Bolo sem leite e ovos	
5ª SEMANA				
29 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne moída Salada de legumes	30 Arroz cozido Virado de feijão com carne de porco Salada de legumes			
R.E.: macarrão sem ovos e sem molho de tomate				

Qualquer dúvida é importante entrar em contato com o nutricionista.

CARDÁPIO JUNHO 2026
MUNICÍPIO DE SENGÉS
 Cardápio Manhã e Tarde
ESCOLA MUNICIPAL DO CAMPO MARECHAL DEODORO-
BAIRRO PINHALZINHO

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
PARA ALUNOS DA ZR: CAFÉ DA MANHÃ (8H): bolacha salgada ou doce, rosquinha/Café com leite, chá ou achocolatado LANCHE (12H): mingau de aveia/maisena, iogurte/leite com cereal, bolacha/rosquinha/torrada/pipoca/polenta com carne moída. Café com leite/chá/achocolatado/suco integral/vitamina de banana com leite				
1ª SEMANA				
1 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne moída Salada de legumes	2 Arroz e feijão Carne de porco Salada de legumes	3 Arroz e feijão Carne em iscas com batata/mandioca Fruta da época	4 FERIADO	5 RECESSO
2ª SEMANA				
8 Macarrão (Ave Maria) com molho de tomate e atum Salada de legumes	9 Arroz e feijão Carne de frango em cubos Salada de legumes	10 Pão francês com carne moída Suco de fruta 100% Fruta da época	11 Arroz e feijão Quirera com carne de porco Salada de folhas Fruta da época	12 Canjica (canela à gosto) Fruta da época
3ª SEMANA				
15 Arroz Quirera com carne de porco Salada de legumes	16 Arroz e feijão cozido Carne em iscas com batata/mandioca Salada de legumes	17 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	18 Arroz e feijão Carne moída Salada de folhas Fruta da época	19 Arroz doce moreninho (canela à gosto) Fruta da época
4ª SEMANA				
22 Polenta cremosa Molho de tomate com carne moída Salada de legumes	23 Arroz e feijão Carne em iscas Salada de legumes	24 Pão francês com carne de porco (desfiada) Suco de fruta 100% Fruta da época	25 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	26 Bolo de milho Chá Fruta da época
5ª SEMANA				
29 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne moída Salada de legumes	30 Arroz cozido Virado de feijão com carne de porco Salada de legumes			

Qualquer dúvida é importante entrar em contato com o nutricionista.

CARDÁPIO JUNHO 2026
MUNICÍPIO DE SENGÉS
 Cardápio Manhã e Tarde
ESCOLA MUNICIPAL DO CAMPO DR. WENCESLAU BRAZ-
BAIRRO DOS ALVES

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª SEMANA				
1 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne moída Salada de legumes	2 Arroz e feijão Carne de porco Salada de legumes	3 Arroz e feijão Carne em iscas com batata/mandioca Fruta da época	4 FERIADO	5 RECESSO
2ª SEMANA				
8 Macarrão (Ave Maria) com molho de tomate e atum Salada de legumes	9 Arroz e feijão Carne de frango em cubos Salada de legumes	10 Pão francês com carne moída Suco de fruta 100% Fruta da época	11 Arroz e feijão Quirera com carne de porco Salada de folhas Fruta da época	12 Canjica (canela à gosto) Fruta da época
3ª SEMANA				
15 Arroz Quirera com carne de porco Salada de legumes	16 Arroz e feijão cozido Carne em iscas com batata/mandioca Salada de legumes	17 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	18 Arroz e feijão Carne moída Salada de folhas Fruta da época	19 Arroz doce moreninho (canela à gosto) Fruta da época
4ª SEMANA				
22 Polenta cremosa Molho de tomate com carne moída Salada de legumes	23 Arroz e feijão Carne em iscas Salada de legumes	24 Pão francês com carne de porco (desfiada) Suco de fruta 100% Fruta da época	25 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	26 Bolo de milho Chá Fruta da época
5ª SEMANA				
29 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne moída Salada de legumes	30 Arroz cozido Virado de feijão com carne de porco Salada de legumes			

Qualquer dúvida é importante entrar em contato com o nutricionista.

CARDÁPIO JUNHO 2026
MUNICÍPIO DE SENGÉS
 Cardápio Manhã e Tarde
ESCOLA MUNICIPAL DO CAMPO PEDRO SÉRGIO -
REIANÓPOLIS

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1ª SEMANA				
1 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne moída Salada de legumes	2 Arroz e feijão Carne de porco Salada de legumes	3 Arroz e feijão Carne em iscas com batata/mandioca Fruta da época	4 FERIADO	5 RECESSO
R.E: Macarrão sem glúten e sem ovos				
2ª SEMANA				
8 Macarrão (Ave Maria) com molho de tomate e atum Salada de legumes	9 Arroz e feijão Carne de frango em cubos Salada de legumes	10 Pão francês com carne moída Suco de fruta 100% Fruta da época	11 Arroz e feijão Quirera com carne de porco Salada de folhas Fruta da época	12 Canjica (canela à gosto) Fruta da época
R.E: Macarrão sem glúten e sem ovos		Pão sem glúten		
3ª SEMANA				
15 Arroz Quirera com carne de porco Salada de legumes	16 Arroz e feijão cozido Carne em iscas com batata/mandioca Salada de legumes	17 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	18 Arroz e feijão Carne moída Salada de folhas Fruta da época	19 Arroz doce moreninho (canela à gosto) Fruta da época
4ª SEMANA				
22 Polenta cremosa Molho de tomate com carne moída Salada de legumes	23 Arroz e feijão Carne em iscas Salada de legumes	24 Pão francês com carne de porco (desfiada) Suco de fruta 100% Fruta da época	25 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	26 Bolo de milho Chá Fruta da época
R.E.:		Pão sem glúten		
5ª SEMANA				
29 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne moída Salada de legumes	30 Arroz cozido Virado de feijão com carne de porco Salada de legumes			
R.E: Macarrão sem glúten e sem ovos				

Qualquer dúvida é importante entrar em contato com o nutricionista.

CARDÁPIO JUNHO 2026
MUNICÍPIO DE SENEGÉS
Cardápio Manhã e Tarde
ESCOLA MUNICIPAL DURVAL JORGE

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
PARA ALUNOS DA ZR:				
CAFÉ DA MANHÃ (8H): bolacha salgada ou doce, rosquinha/Café com leite, chá ou achocolatado LANCHE (12H): mingau de aveia/maisena, iogurte/leite com cereal, bolacha/rosquinha/torrada/pipoca/polenta com carne moída. Café com leite/chá/achocolatado/suco integral/vitamina de banana com leite				
1ª SEMANA				
1 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne moída Salada de legumes	2 Arroz e feijão Carne de porco Salada de legumes	3 Arroz e feijão Carne em iscas com batata/mandioca Fruta da época	4 FERIADO	5 RECESSO
R.E.: macarrão sem glúten e ovos	Carne de frango	Qualquer fruta, exceto banana		
2ª SEMANA				
8 Macarrão (Ave Maria) com molho de tomate e atum Salada de legumes	9 Arroz e feijão Carne de frango em cubos Salada de legumes	10 Canjica (canela à gosto) Fruta da época	11 Arroz e feijão Quirera com carne de porco Salada de folhas Fruta da época	12 Pão francês com carne moída Suco de fruta 100% Fruta da época
R.E.: macarrão sem glúten e ovos		Canjica com leite vegetal/leite zero lactose	Carne de frango	Pão sem glúten
3ª SEMANA				
15 Arroz Quirera com carne de porco Salada de legumes	16 Arroz e feijão cozido Carne em iscas com batata/mandioca Salada de legumes	17 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	18 Arroz e feijão Carne moída Salada de folhas Fruta da época	19 Arroz doce moreninho (canela à gosto)
R.E.: Carne de frango				Arroz doce com leite vegetal/leite zero lactose
4ª SEMANA				
22 Arroz Polenta cremosa Molho de tomate com carne moída Salada de legumes	23 Arroz e feijão Carne em iscas Salada de legumes	24 Arroz com frango Feijão Salada de folhas Fruta da época	25 Bolo de milho Chá Fruta da época	26 Pão francês com carne de porco (desfiada) Suco de fruta 100% Fruta da época
R.E.:			Bolo sem glúten, leite e ovos	Pão com carne moída ou frango
5ª SEMANA				
29 Macarrão (Parafuso) com molho de tomate e carne	30 Arroz cozido Virado de feijão com			

Qualquer dúvida é importante entrar em contato com o nutricionista.

moída Salada de legumes	carne de porco Salada de legumes			
R.E.: macarrão sem glúten e ovos	Virado sem carne de porco			

CÁLCULO NUTRICIONAL SEMANAL ESCOLAS PARCIAIS/ MÊS JUNHO

Semana	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Energia (kcal)
1ª Semana	118 g	29 g	21 g	805 kcal
2ª Semana	126 g	33 g	23 g	875 kcal
3ª Semana	129 g	34 g	24 g	895 kcal
4ª Semana	131 g	35 g	24 g	910 kcal
5ª Semana	121 g	31 g	22 g	840 kcal
Média mensal	125 g	32 g	23 g	865 kcal
Referência PNAE (Período Parcial – Educação Infantil e Ensino Fundamental I)	≥ 95 g	≥ 20 g	15 a 25 g	700 a 900 kcal

Resolução do FNDE PNAE N°06 de 08 de Maio de 2020.

Art. 18 Os cardápios devem ser planejados para atender, em média, as necessidades nutricionais estabelecidas na forma do disposto no Anexo IV desta resolução

Toda semana, recebemos ingredientes culinários frescos e naturais da agricultura familiar, incluindo pimentões, salsinha e cebolinha, além de frutas, verduras e legumes da estação. A variedade depende da produção dos agricultores locais e pode incluir morangos, abacaxi, mexerica (ponkan), banana, maracujá, laranja, brócolis, repolho, alface e outros alimentos sazonais.

Atenção aos alunos com necessidades alimentares especiais: É fundamental estar sempre atento às informações contidas nos rótulos dos alimentos.

Comunicação eficaz entre nutricionista e a escola: A comunicação deve ser constante e clara.

Milena Camargo de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776

Mirele Ferreira Germiniani
Nutricionista
CRN8 19871

Milena Camargo de Miranda
Nutricionista QT CRN 8 14776

Mirele das Graças Ferreira Germiniani
Nutricionista QT CRN 8 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Qualquer dúvida é importante entrar em contato com o nutricionista.

Milena Camargo de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776


Mirele Ferreira Germiniani
Nutricionista
CRN8 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Júlio Aparecido Leite da Rosa Melo
Nutricionista RT CRN 17043

Qualquer dúvida é importante entrar em contato com o nutricionista.


Milena Carrasco de Miranda
Nutricionista
CRN8-14776


Mirke Ferreira Caminani
Nutricionista
CRN6 19871

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043
