

**CARDÁPIO – FUNDAMENTAL – FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS – PERÍODO PARCIAL**


**ESCOLA MUNICIPAL NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO**

**FEVEREIRO - 2026**

<b>TARDE</b>			<b>4ª FEIRA 04/02</b>	<b>5ª FEIRA 05/02</b>	<b>6ª FEIRA 06/02</b>
<b>Café da tarde Até 12:30h</b>			Biscoito tipo Rosquinha Vitamina (leite com polpa)	Fruta	Biscoito amanteigada Suco natural
<b>LANCHE 15:00</b>			Bolo de chocolate Suco de Laranja	Macarronada com carne moída Salada de Almeirão Laranja	Pão francês com frango desfiado em molho Suco de Frutas vermelhas
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
	<b>0%</b>	<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>	
	536,57	88g	18g	13g	
		66%	14%	21%	

**Dalila Alves Barboza – CRN8 6346**

\* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações

 fevereiro se veste de laranja e roxo para lembrar que cuidar da saúde é um ato de prevenção, informação e amor à vida.

**CARDÁPIO – FUNDAMENTAL – FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS – PERÍODO PARCIAL**

**ESCOLA MUNICIPAL NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO**

**FEVEREIRO - 2026**

TARDE	2º FEIRA 09/02	3º FEIRA 10/02	4º FEIRA 11/02	5º FEIRA 12/02	6º FEIRA 13/02
<b>Café da tarde Até 12:30h</b>	Biscoito com suco natural	Pão Frances com margarina e Chá Mate	Leite com Polpa	Fruta	Biscoito com suco natural
<b>LANCHE 15:00</b>	Macarronada com carne moída Salada de Couve	Pão Caseiro com margarina iogurte Banana	Arroz/Feijão Estrogonofe falso de filé de frango Salada de Alface	Bolo de coco Suco de Goiaba Melancia	Arroz/Feijão Carne de Porco Assada Salada de Repolho
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)  0%  539,53	CHO (g)  55% a 65% do VET	PTN (g)  10% a 15% do VET	LPD (g)  15% a 30% do VET	
		90g	15g	14g	
		67%	12%	22%	

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

\* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações

🍷🍷 fevereiro se veste de laranja e roxo para lembrar que cuidar da saúde é um ato de prevenção, informação e amor à vida.

**CARDÁPIO – FUNDAMENTAL – FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS – PERÍODO PARCIAL**


**ESCOLA MUNICIPAL NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO**

**FEVEREIRO - 2026**

<b>TARDE</b>				<b>5ª FEIRA 19/02</b>	<b>6ª FEIRA 20/02</b>
<b>Café da tarde Até 12:30h</b>				Fruta	Biscoito amanteigada Suco natural
<b>LANCHE 15:00</b>				Macarronada com frango em iscas em molho Salada de Alface Mamão	Torta de Carne com legumes Suco de Acerola com laranja
Composição nutricional (Média semanal)	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
	<b>0%</b>	<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>	
	509,68	83g	16g	<b>13g</b>	
		65%	13%	<b>24%</b>	

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

\* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações

 fevereiro se veste de laranja e roxo para lembrar que cuidar da saúde é um ato de prevenção, informação e amor à vida.

**CARDÁPIO – FUNDAMENTAL – FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS – PERÍODO PARCIAL**

**ESCOLA MUNICIPAL NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO**

**FEVEREIRO - 2026**

TARDE	2ª FEIRA 23/02	3ª FEIRA 24/02	4ª FEIRA 25/02	5ª FEIRA 26/02	6ª FEIRA 27/02
<b>Café da tarde</b> Até 12:30h	Biscoito de Sal Suco Natural	Pão Frances com margarina e Suco Natural	Biscoito tipo Rosquinha Vitamina (leite com polpa)	Fruta	Biscoito amanteigada Suco natural
<b>LANCHE</b> 15:00	Pão Caseiro com Margarina Suco de Morango	Arroz/Feijão Carne em Iscas (Strogonoff falso) Salada de Alface Abacaxi	Bolo de Coco Suco de Limão	Macarronada com frango desfiado Salada de Almeirão	Torta de Carne moída com legumes Suco de abacaxi
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 0%	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		84g	22g	14g	
	542,65	62%	16%	22%	

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

\* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações

🍷🍷 fevereiro se veste de laranja e roxo para lembrar que cuidar da saúde é um ato de prevenção, informação e amor à vida.