

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

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

FEVEREIRO - 2026

MANHA			4ª FEIRA 04/02	5ª FEIRA 05/02	6ª FEIRA 06/02
Café da manhã Até 08hs			Leite com Polpa	Fruta	Biscoito com suco natural
LANCHE 10:00			Arroz/Feijão Purê de Batata com frango desfiado e queijo Salada de Alface	Macarronada com carne moída Salada de Almeirão Laranja	Arroz/Feijão Salada de repolho
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	0%		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	586,11		93g	23g	15g
			64%	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.

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

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

FEVEREIRO - 2026

TARDE			4ª FEIRA 04/02	5ª FEIRA 05/02	6ª FEIRA 06/02
Café da tarde Até 12:30h			Biscoito tipo Rosquinha Vitamina (leite com polpa)	Fruta	Biscoito amanteigada Suco natural
LANCHE 15:00			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
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
	0%	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	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 WILSON JAN DE GIULI
FEVEREIRO – 2026

MANHA	2º FEIRA 09/02	3º FEIRA 10/02	4º FEIRA 11/02	5º FEIRA 12/02	6º FEIRA 13/02
Café da manhã Até 08hs	Biscoito com suco natural	Pão Frances com margarina e Chá Mate	Leite com Polpa	Fruta	Biscoito com suco natural
LANCHE 10:00	Arroz/Feijão Omelete com cheiro verde Salada de repolho	Arroz/Feijão Carne em pedaço com legumes Laranja	Arroz/Feijão Estrogonofe falso de filé de frango Salada de Alface	Macarronada com carne moída Salada de Couve Melancia	Arroz/Feijão Carne de Porco Salada de Repolho
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		0%	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		578,24	90g	22g	15g
			62%	15%	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 WILSON JAN DE GIULI

FEVEREIRO - 2026

TARDE	2º FEIRA 09/02	3º FEIRA 10/02	4º FEIRA 11/02	5º FEIRA 12/02	6º FEIRA 13/02
Café da tarde Até 12:30h	Biscoito com suco natural	Pão Frances com margarina e Chá Mate	Leite com Polpa	Fruta	Biscoito com suco natural
LANCHE 15:00	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)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	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 WILSON JAN DE GIULI

FEVEREIRO -2026

MANHA				5ª FEIRA 19/02	6ª FEIRA 20/02
Café da manha Até 08hs				Fruta	Biscoito com suco natural
LANCHE 10:00				Macarronada com frango em iscas em molho Salada de Alface Mamão	Arroz/Feijão Carne em Iscas acebolada Salada de Repolho
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
	0%	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	570,67	87g	21g	15g	
		61%	15%	24%	

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 WILSON JAN DE GIULI

FEVEREIRO - 2026

TARDE				5ª FEIRA 19/02	6ª FEIRA 20/02
Café da tarde Até 12:30h				Fruta	Biscoito amanteigada Suco natural
LANCHE 15:00				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)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
	0%	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	509,68	83g	16g	13g	
		65%	13%	24%	

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 WILSON JAN DE GIULI

FEVEREIRO - 2026

MANHA	2ª FEIRA 23/02	3ª FEIRA 24/02	4ª FEIRA 25/02	5ª FEIRA 26/02	6ª FEIRA 27/02
Café da manhã Até 08hs	Biscoito com suco natural	Pão Frances com margarina e Chá Mate	Leite com Polpa	Fruta	Biscoito com suco natural
LANCHE 10:00	Arroz/Feijão Salada de ovos Salada de tomate	Arroz/Feijão Carne em Iscas (Strogonoff falso) Abacaxi	Galinhada (arroz com coxa e sobrecoxa) e legumes Salada de Alface	Arroz/Tutu de Feijão com Carne de Porco Salada de Couve Banana	Macarronada com frango desfiado Salada de Almeirão
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		0%	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		544,97	85g	20g	14g
			63%	15%	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 WILSON JAN DE GIULI

FEVEREIRO - 2026

TARDE	2ª FEIRA 23/02	3ª FEIRA 24/02	4ª FEIRA 25/02	5ª FEIRA 26/02	6ª FEIRA 27/02
Café da tarde 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
LANCHE 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% 542,65	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET	
		84g	22g	14g	
		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.