

CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA – 4 ANOS – PERÍODO PARCIAL
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL RECANTO DA ALEGRIA
MARÇO 2026

	2ª FEIRA 02/03	3ª FEIRA 03/03	4ª FEIRA 04/03	5ª FEIRA 05/03	6ª FEIRA 06/03
CAFÉ DA MANHA 08:00	Pão Frances Manteiga Suco de Laranja	Bolacha/Biscoito ½ Banana Leite com Chocolate	Pão Frances Manteiga Leite com chocolate	Bolo de Chocolate s/ açúcar Chá Mate	Pão Frances Manteiga Vitamina (leite com polpa de morango)
ALMOÇO 09:50	Arroz/Feijão Farofa de ovos com carne moída	Arroz/Feijão Carne em pedaço com legumes Salada de alface Laranja	Arroz/Feijão Filé de Frango empanadinho Salada de Alface Maça	Arroz/ Feijão Macarronada com carne moída Feijão Salada de Almeirão	Arroz/Feijão Linguiça Assada Salada de repolho Mamão
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		70%	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		536,75	58,65g	16g	14,2g
			65%	15%	20%
BERÇÁRIO E MATERNAL: ZERO AÇÚCAR					Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

- Frutas e verduras: sujeitos a alterações

Março é representado principalmente por três cores, **Lilás** (câncer do colo do útero), **Amarelo** (endometriose) e **Azul-Marinho** (câncer colorretal).

Essas campanhas visam a prevenção e o diagnóstico precoce dessas doenças

CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA – 4 ANOS – PERÍODO PARCIAL

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL RECANTO DA ALEGRIA			MARÇO 2026		
	2ª FEIRA 09/03	3ª FEIRA 10/03	4ª FEIRA 11/03	5ª FEIRA 12/03	6ª FEIRA 13/03
CAFÉ DA MANHA 08:00	Pão Frances Manteiga Suco de Uva	Biscoito/Bolacha ½ Banana iogurte	Pão Caseiro Manteiga Leite com chocolate	Bolo de coco s/ açúcar (cobertura de calde leite em pé com coco ralado) Suco de Abacaxi	Pão Frances Manteiga Leite com chocolate
ALMOÇO 09:50	Arroz/Feijão Omelete com cenoura Salada de Tomate	Arroz/Feijão Carne de Porco Assada Salada de Mix de folhas Laranja	Arroz/Feijão Estrogonofe (falso) de frango Salada de Couve Maça	Arroz/ Macarronada com frango Feijão Salada de Couve	Arroz/Feijão Carne em pedaço Assada Salada de Repolho Mamão
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 70% 493,87	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET	
		78g	18g	13,5g	
		62%	15%	23%	
BERÇÁRIO E MATERNAL: ZERO AÇÚCAR			Dalila Alves Barboza – CRN8 6346		

- Frutas e verduras: sujeitos a alterações

Março é representado principalmente por três cores, **Lilás** (câncer do colo do útero), **Amarelo** (endometriose) e **Azul-Marinho** (câncer colorretal).
Essas campanhas visam a prevenção e o diagnóstico precoce dessas doenças

CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA – 4 ANOS – PERÍODO PARCIAL
CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL RECANTO DA ALEGRIA
MARÇO 2026

	2ª FEIRA 16/03	3ª FEIRA 17/03	4ª FEIRA 18/03	5ª FEIRA 19/03	6ª FEIRA 20/03
CAFÉ DA MANHA 08:00	Pão Frances Manteiga Suco de Laranja	Bolacha/Biscoito ½ Banana Leite com Chocolate	Pão Frances Manteiga Leite com chocolate	Bolo de Banana e Chocolate s/ açúcar Chá Mate	Pão Frances Manteiga Vitamina (leite com polpa de morango)
ALMOÇO 09:50	Arroz/Feijão Salada de Ovos Legumes cozidos	Arroz/Feijão Carne moída e legumes Salada de Tomate Melancia	Arroz/Feijão Coxinha assada Salada de Repolho	Arroz/Macarronada com frango em iscas em molho Feijão Salada de Alface Mamão	Arroz/Feijão Quibe assado com carne moída e queijo Salada de Repolho Laranja
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 70%	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET	
	477,5,0	178,5g	18g	14g	
		59%	14%	27%	

BERÇÁRIO E MATERNAL: ZERO AÇÚCAR
**Dalila Alves Barboza – CRN8
6346**

- Frutas e verduras: sujeitos a alterações

Março é representado principalmente por três cores, **Lilás** (câncer do colo do útero), **Amarelo** (endometriose) e **Azul-Marinho** (câncer colorretal).

Essas campanhas visam a prevenção e o diagnóstico precoce dessas doenças

CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA – 4 ANOS – PERÍODO PARCIAL

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL RECANTO DA ALEGRIA			MARÇO 2026		
	2ª FEIRA 23/03	3ª FEIRA 24/03	4ª FEIRA 25/03	5ª FEIRA 26/03	6ª FEIRA 27/03
CAFÉ DA MANHA 08:00	Pão Frances Manteiga Suco de Uva	Bolacha/Biscoito ½ Banana Vitamina (Leite com Polpa)	Pão Caseiro com Manteiga Leite com chocolate	Bolo Milho com coco (s/ açúcar) Chá Mate	Pão Frances Manteiga Leite com chocolate
ALMOÇO 09:50	Arroz/Feijão Farofa com frango Salada de tomate	Arroz/Feijão Carne Moída com batata/mandioca Salada de Pepino Abacaxi	Arroz/Galinhada (arroz com filé de peito) /Feijão Salada de Alface/Tomate Maça	Arroz/Tutu de Feijão com Carne de Porco Salada de Couve Banana Mamão	Macarronada com carne moída Salada de Almeirão Laranja
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 70%	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
		503,17	86g	17g	14g
			65%	14%	21%
BERÇÁRIO E MATERNAL: ZERO AÇÚCAR				Dalila Alves Barboza – CRN8 6346	

- Frutas e verduras: sujeitos a alterações

*Março é representado principalmente por três cores, **Lilás** (câncer do colo do útero), **Amarelo** (endometriose) e **Azul-Marinho** (câncer colorretal). Essas campanhas visam a prevenção e o diagnóstico precoce dessas doenças*

CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA – 4 ANOS – PERÍODO PARCIAL

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL RECANTO DA ALEGRIA			MARÇO 2026		
	2ª FEIRA 30/03	3ª FEIRA 31/03	4ª FEIRA 01/04	5ª FEIRA 02/04	
CAFÉ DA MANHA 08:00	Pão Frances Manteiga Suco de Uva	Bolacha/Biscoito ½ Banana Iogurte	Pão Frances com Manteiga Leite com chocolate	Bolo de Banana s/ açúcar Chá Mate	
ALMOÇO 09:50	Arroz/Feijão Omelete Salada de legumes cozido	Arroz/Feijão Linguiça Assada Salada de Pepino	Arroz/Feijão Filé de Peixe Salada de repolho	Arroz/Macarronada em molho Coxinha da assa assada Feijão Salada de Alface Mamão	
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 70%	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
		493,0	78,5g	18g	14g
			61%	12%	27%
BERÇÁRIO E MATERNAL: ZERO AÇÚCAR				Dalila Alves Barboza – CRN8 6346	

- Frutas e verduras: sujeitos a alterações

*Março é representado principalmente por três cores, **Lilás** (câncer do colo do útero), **Amarelo** (endometriose) e **Azul-Marinho** (câncer colorretal).*

Essas campanhas visam a prevenção e o diagnóstico precoce dessas doenças