

CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA – 0 A 3 ANOS – PERÍODO INTEGRAL

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
LANCHE 11:30	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate
LANCHE 14:30	Pão com carne moída Suco de Frutas vermelhas	Macarronada com carne moída Salada de Alface	Torta de Frango Suco de Laranja	Pão de queijo (bolo) Suco de Abacaxi	Pão Frances com Manteiga Suco de Acerola
CEIA 15:50	Melancia	Laranja	Maça	Banana	Melancia
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
		1072,75	117,3g	32g	28,4g
			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 – 0 A 3 ANOS – PERÍODO INTEGRAL
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
LANCHE 11:30	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate
LANCHE 14:30	Pão Caseiro com Manteiga Vitamina	Macarronada com carne moída/Sopa com carne moída Salada de Mix de folhas	Bolo de coco s/ açúcar (cobertura de calde leite em pé com coco ralado) Suco de Abacaxi	Torta de Frango (recheio por cima: tipo pizza) Suco de Laranja	Pão Frances com carne moída Suco de Acerola
CEIA 15:50	Mamão	Laranja	Maça	Banana	Melancia
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
		987,75	157g	36g	27g
			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 – 0 A 3 ANOS – PERÍODO INTEGRAL

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
LANCHE 11:30	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate
LANCHE 14:30	Pão Frances com Manteiga Leite com chocolate	Bolo de Laranja (calda de laranja, leite em pó)	Macarronada com frango em iscas em molho/Feijão Salada de Alface Mamão	Torta de Carne Moida com queijo Suco de Abacaxi	Pão Frances com Carne Moída Suco de Uva
CEIA 15:50	Melancia	Laranja	Banana	Banana	Melancia
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
		955,0	157g	36g	28g
			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 – 0 A 3 ANOS – PERÍODO INTEGRAL
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
LANCHE 11:30	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate
LANCHE 14:30	Pão Caseiro Com Manteiga Vitamina com Abacaxi	Purê de Batata com Carne moída Salada de	Bolo Mesclado Suco de Abacaxi	Quibe Assado com Suco de Uva	Pão Frances com Patê de Frango Suco de Goiaba
CEIA 15:50	Banana	Mamão	Maça	Banana	Melancia
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
		1006,34	172g	34g	28g
			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 – 0 A 3 ANOS – PERÍODO INTEGRAL

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	
LANCHE 11:30	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	Leite puro/chocolate	
LANCHE 14:30	Pão Frances com Manteiga Leite com chocolate	Bolo de Cenoura s/ açúcar Suco de Laranja	Macarronada com frango em iscas em molho/Feijão Salada de Alface Mamão	Bolo de Carne moída Suco de Abacaxi	
CEIA 15:50				Banana	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 70%	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		987,0	157g	36g	28g
		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