

1ª Semana	2/Mar (Seg)	3/Mar (Ter)	4/Mar (Qua)	5/Mar (Qui)	6/Mar (Sex)	Observação
07:00 - Café da Manhã - Fundamental	CHÁ BISCOITO CASEIRO COM GLACÊ (AF)	CAFÉ COM LEITE FAROFA DE OVO	PÃO COM MARGARINA CHÁ	BISCOITO CASEIRO (AF) CAFÉ COM LEITE	CHÁ PÃO COM DOCE	
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	SALADA DE TOMATE COM CEBOLA Feijão cozido Polenta com frango	Arroz parboilizado cozido Feijão cozido FRANGO ASSADO COM BATATA Alface Salada	VITAMINA DE MARACUJÁ torta de frango ef LARANJA	BANANA salada de repolho ralado com tempero verde QUIRERA COM PERNIL SUÍNO	sopa 3 (batata, cenoura, espinafre, macarrão, frango) MAÇA	
2ª Semana	9/Mar (Seg)	10/Mar (Ter)	11/Mar (Qua)	12/Mar (Qui)	13/Mar (Sex)	Observação
07:00 - Café da Manhã - Fundamental	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DE LEITE	CHÁ cuque de farofa com gotas de chocolate	CAFÉ COM LEITE FAROFA DE OVO	CAFÉ COM LEITE cuque de farofa com gotas de chocolate	ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	sopa 4 (feijão, beterraba, espinafre, macarrão parafuso, ovo)	Arroz parboilizado cozido Alface Salada Macarronada COM MOÍDA LARANJA	VITAMINA DE MORANGO SANDUÍCHE NATURAL (Q/P) BANANA	Polenta com frango SALADA DE TOMATE COM CEBOLA Feijão cozido MANGA	carne acebolada - ef salada de repolho ralado com tempero verde FAROFA DE LEGUMES MACARRÃO ALHO E ÓLEO	
3ª Semana	16/Mar (Seg)	17/Mar (Ter)	18/Mar (Qua)	19/Mar (Qui)	20/Mar (Sex)	Observação
07:00 - Café da Manhã - Fundamental	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DE LEITE	BOLO SIMPES DE FUBÁ CHÁ	CAFÉ COM LEITE PÃO COM DOCE	CHÁ BISCOITO CASEIRO (AF)	CAFÉ COM LEITE BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE	
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	FAROFA DE OVO COM LEGUMES risoto de frango Alface Salada Feijão cozido	Arroz branco cozido MAMÃO VIRADO DE FEIJÃO carne acebolada - ef Alface Salada	SUCO NATURAL DE MARACUJÁ Pão com carne moida	MAÇA OMELETE COM LEGUMES Feijão cozido Arroz parboilizado cozido	Polenta com frango SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	
4ª Semana	23/Mar (Seg)	24/Mar (Ter)	25/Mar (Qua)	26/Mar (Qui)	27/Mar (Sex)	Observação

4ª Semana	23/Mar (Seg)	24/Mar (Ter)	25/Mar (Qua)	26/Mar (Qui)	27/Mar (Sex)	Observação
07:00 - Café da Manhã - Fundamental	BISCOITO DE LEITE CAFÉ COM LEITE	CHÁ CUQUE DE FAROFA	CAFÉ COM LEITE PÃO COM DOCE	CHÁ FAROFA DE OVO	PÃO COM DOCE SUCO NATURAL DE AMORA	
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	Feijão cozido MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM ISCAS ACEBOLADA SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	Arroz parboilizado cozido MAÇA MOÍDA COM LEGUMES Feijão cozido Alface Salada	Bebida Láctea com Sucrilhos BANANA	Macarronada COM MOÍDA Feijão cozido salada de repolho ralado com tempero verde	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE, LEGUMES	
5ª Semana	30/Mar (Seg)	31/Mar (Ter)				
07:00 - Café da Manhã - Fundamental	CAFÉ COM LEITE BISCOITO DE LEITE	CHÁ FAROFA DE OVO				
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	Feijão cozido Polenta com frango salada de repolho ralado com tempero verde	Feijão cozido BATATA SAUTÉ Alface Salada Arroz parboilizado cozido carne acebolada - ef				

Cardápio sujeito a alteração

Total de Macros e Micros Nutrientes - Média Semanal

Calorias kcal	Carboidratos g	Proteínas g	Lípidios g
1491.09	247.74 75 %	48.24 14 %	33.63 10 %



Município de Reboouças

Cardápio : CARDÁPIO FUNDAMENTAL - MARÇO 2026

5ª Semana	30/Mar (Seg)	31/Mar (Ter)				
Nutricionista(s)						
Idiobara Juliane Brandt						