

1ª Semana	1/Jun (Seg)	2/Jun (Ter)	3/Jun (Qua)	4/Jun (Qui)	5/Jun (Sex)	Observação
07:00 - Café da Manhã - Fundamental	CAFÉ COM LEITE FAROFA DE OVO	CHÁ BISCOITO CASEIRO (AF)	CAFÉ COM LEITE PÃO COM MARGARINA	FERIADO NACIONAL	RECESSO ESCOLAR	
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	Polenta com frango salada de repolho ralado com tempero verde	Alface Salada Feijão cozido Arroz parboilizado cozido MOÍDA COM LEGUMES	Arroz parboilizado cozido salada de repolho ralado com tempero verde Laranja CARNE DE PANELA COM BATATA E CENOURA	FERIADO NACIONAL	RECESSO ESCOLAR	
2ª Semana	8/Jun (Seg)	9/Jun (Ter)	10/Jun (Qua)	11/Jun (Qui)	12/Jun (Sex)	Observação
07:00 - Café da Manhã - Fundamental	FAROFA DE OVO CAFÉ COM LEITE	CHÁ PÃO COM DOCE	CAFÉ COM LEITE BISCOITO CASEIRO (AF)	PÃO COM MARGARINA CHÁ	FAROFA DE OVO CAFÉ COM LEITE	
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	sopa 4 (feijão, beterraba, espinafre, macarrão parafuso, ovo)	BANANA MACARRÃO ALHO E ÓLEO COM ISCAS ACEBOLADA SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	Pão com carne moída ACHOCOLATADO MAÇA	RISOTO Salada de Beterraba Crua Feijão cozido	SALADA DE TOMATE COM CEBOLA QUIRERA COM PERNIL SUÍNO	
3ª Semana	15/Jun (Seg)	16/Jun (Ter)	17/Jun (Qua)	18/Jun (Qui)	19/Jun (Sex)	Observação
07:00 - Café da Manhã - Fundamental	FAROFA DE OVO CAFÉ COM LEITE	CHÁ BISCOITO CASEIRO (AF)	ACHOCOLATADO Pão com ovo mexido	bolo de cenoura caseiro CHÁ	CAFÉ COM LEITE PÃO COM DOCE	
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	Macarronada COM MOÍDA Salada de Beterraba cozida	Arroz parboilizado cozido LARANJA VIRADO DE FEIJÃO PERNIL SUÍNO NO ALHO E CEBOLA SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	PAVÊ DE BOLACHA CHÁ BANANA	FRANGO AO MOLHO FAROFA DE LEGUMES Arroz parboilizado cozido	salada de repolho ralado com tempero verde Polenta com frango	
4ª Semana	22/Jun (Seg)	23/Jun (Ter)	24/Jun (Qua)	25/Jun (Qui)	26/Jun (Sex)	Observação

4ª Semana	22/Jun (Seg)	23/Jun (Ter)	24/Jun (Qua)	25/Jun (Qui)	26/Jun (Sex)	Observação
07:00 - Café da Manhã - Fundamental	CAFÉ COM LEITE FAROFA DE OVO	CHÁ PÃO COM MARGARINA	CAFÉ COM LEITE cuque de farofa com gotas de chocolate	CHÁ Pão doce (tipo Chineque)	CAFÉ COM LEITE FAROFA DE OVO	
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (MOÍDA, CEBOLA, MACARRÃO, COUVE, CENOURA, FEIJÃO)	Salada de brócolis Macarronada COM MOÍDA Feijão cozido	CANJICA COM CÓCO RALADO BANANA	MAÇA Feijão cozido RISOTO FAROFA DE LEGUMES	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE, LEGUMES LARANJA	
5ª Semana	29/Jun (Seg)	30/Jun (Ter)				
07:00 - Café da Manhã - Fundamental	FAROFA DE OVO ACHOCOLATADO	CHÁ BISCOITO CASEIRO (AF)				
09:00 / 14:00 - LANCHE FUNDAMENTAL	Polenta com frango SALADA DE TOMATE COM CEBOLA	Bebida Láctea com Sucrilhos BANANA				

Cardápio sujeito a alteração

Total de Macros e Micros Nutrientes - Média Semanal

Calorias kcal	Carboidratos g	Proteínas g	Lípidios g	
1650.23	274.85 75 %	48.75 13 %	39.14 10 %	



Município de Rebouças

Cardápio : PLANEJAMENTO CARDÁPIO FUNDAMENTAL - JUNHO 2026

5ª Semana	29/Jun (Seg)	30/Jun (Ter)				
Nutricionista(s)						
Idiobara Juliane Brandt						