

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – PEI M^a IMACULADA E FLORA

Semana do dia 25/05/2026 a 29/05/2026

	2º Feira 25/05	3º Feira 26/05	4º Feira 27/05	5º Feira 28/05	6º Feira 29/05	
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com mussarela Leite com cacau 70%	MEDIA SEMANAL
Almoço Ou jantar	Macarrão com carne moída	Arroz e feijão Omelete com legumes Salada: Alface e tomate Fruta: Maça	Arroz com frango e feijão Jardineira de legumes (cenoura e abobrinha refogadas) Fruta: Abacaxi	Arroz e feijão Escondidinho de carne moída Repolho e beterraba Fruta: Banana	Arroz e feijão Strogonoff de frango Salada: Tomate e pepino Fruta: Laranja	
Lanche	Bolo de fubá Suco de laranja	logurte e cereal	Bolo de Baunilha Suco de melancia	Pão de queijo Suco de abacaxi	Bolo de laranja Suco de Maracujá	
FICHA TÉCNICA						
Kcal (Dia)	772,2	803,5	562,2	627,2	660,3	685,08
Carboidratos (g)	114,4	114,1	93,3	95,1	105,0	104,38
Proteínas (g)	27,0	36,3	21,1	19,8	28,3	26,5
Lipídeos(g)	24,8	22,5	11,9	19,3	14,0	18,5
Fibras (g)	5,7	7,2	3,9	8,1	8,8	6,74
Vitamina A (mcg)	114,9	103,1	88,4	81,5	87,2	95,02
Vitamina C (mcg)	68,9	32,1	10,3	17,8	14,8	28,78
Sódio (mg)	1056,5	691,3	590,7	628,7	901,2	773,68
Cálcio (mg)	290,8	212,0	163,2	202,0	213,1	216,22
Ferro (mg)	4,0	4,0	3,1	2,9	5,6	3,92

• **CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO**

• **Nutricionista: Daniele Idro Sbroglia CRN:46038**

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – PEI M^a IMACULADA E FLORA

Semana do dia 01/06/2026 a 05/06/2026

	2º Feira 01/06	3º Feira 02/06	4º Feira 03/06	5º Feira 04/06	6º Feira 05/06	MEDIA SEMANAL
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão iogurte	Pão com mussarela Leite com cacau 70%	
Almoço Ou jantar	Arroz e feijão Frango xadrez (pimentão e cenoura)	Arroz e feijão Abobrinha refogada Quibe Assado Salada: Beterraba Fruta: Mamão	Arroz com feijoada de pernil Farofa Vinagrete com couve Fruta: Laranja	Macarrão alho e óleo com brócolis Frango Assado Fruta: Abacaxi	Arroz e strogonoff de carne Salada: Alface e tomate Fruta: Maça	
Lanche	Bolo de chocolate Leite com achocolatado	iogurte com cereal	Bolo Simples Vitamina de frutas	Torta de frango Suco de laranja	Bolo de banana Suco de maracujá	
FICHA TÉCNICA						
Kcal (Dia)	662,3	622,0	644,6	1360,4	801,0	818,06
Carboidratos (g)	98,9	101,5	100,3	211,6	135,4	129,54
Proteínas (g)	37,6	20,8	35,1	34,9	24,5	30,58
Lipídeos(g)	13,4	15,0	10,6	42,2	18,5	19,94
Fibras (g)	7,2	7,9	6,7	14,7	10,3	9,36
Vitamina A (mcg)	90,0	129,1	99,8	184,4	126,7	126
Vitamina C (mcg)	15,9	35,0	6,8	37,4	20,2	23,06
Sódio (mg)	728,9	1095,7	1137,2	986,7	1127,9	1.015,28
Cálcio (mg)	192,0	206,3	174,3	296,4	237,2	221,24
Ferro (mg)	2,9	3,5	2,7	4,4	5,1	3,72

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – PEI M^a IMACULADA E FLORA

Semana do dia 08/06/2026 a 12/06/2026

	2º Feira 08/06	3º Feira 09/06	4º Feira 10/06	5º Feira 11/06	6º Feira 12/06	MÉDIA SEMANAL
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão iogurte	Pão com mussarela Leite com cacau 70%	
Almoço Ou jantar	Macarrão com molho de carne moída	Arroz e feijão Escondidinho de frango Salada: Rúcula e cenoura Fruta: Abacaxi	Arroz e feijão Carne com mandioca Salada: Couve-flor Fruta: Banana	Arroz e feijão Tilápia com legumes Salada: Alface e tomate Fruta: Maça	Arroz e strogonoff de carne Salada: Repolho e pepino Fruta: Mamão	
Lanche	Bolo de abacaxi Leite com achocolatado	iogurte e cereal de milho	Bolo Laranja Vitamina de frutas	Bolo de banana Suco de Maracujá	Bolo baunilha Suco de laranja	
FICHA TÉCNICA						
Kcal (Dia)	801,0	1.008,4	809,4	644,6	1.360,4	924,76
Carboidratos (g)	135,4	136,9	98,6	100,3	211,6	136,56
Proteínas (g)	24,5	35,3	46,9	35,1	34,9	35,34
Lipídeos(g)	18,5	37,1	24,5	10,6	42,2	26,58
Fibras (g)	10,3	10,6	7,7	6,7	14,7	10
Vitamina A (mcg)	126,7	85,0	89,6	99,8	184,4	117,1
Vitamina C (mcg)	20,2	48,6	30,0	6,8	37,4	28,6
Sódio (mg)	1127,9	1.331,2	982,5	1.137,2	986,7	1.113,10
Cálcio (mg)	237,2	224,4	241,2	174,3	296,4	234,7
Ferro (mg)	3,3	4,5	4,0	2,7	4,4	3,78

- **CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO**

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglia CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – PEI M^a IMACULADA E FLORA

Semana do dia 15/06/2026 a 19/06/2026

	2º Feira 15/06	3ºFeira 16/06	4ºFeira 17/06	5º Feira 18/06	6º Feira 19/06	MEDIA SEMANAL
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão logurte	Pão com mussarela Leite com cacau 70%	
Almoço Ou jantar	Macarrão com molho de frango	Arroz e feijoada de pernil Farofa Vinagrete com couve Fruta: Abacaxi	Arroz de forno com feijão Salada: Brócolis Fruta: Maça	Arroz e feijão Omelete de forno com legumes Salada: Pepino Fruta: Banana	Arroz Strogonoff de frango Salada: Pepino com tomate Fruta: Laranja	
Lanche	Bolo de chocolate Suco de abacaxi	logurte com cereal	Bolo de Abacaxi Suco de melancia	Torta de frango Suco de abacaxi	Bolo pão de ló Vitamina de frutas	
FICHA TÉCNICA						
Kcal (Dia)	1.008,4	809,4	565,2	793,8	635,8	762,52,18
Carboidratos (g)	136,9	98,6	93,3	132,9	95,5	111,44
Proteínas (g)	35,3	46,9	21,1	21,4	22,3	29,4
Lipídeos(g)	37,1	24,5	11,9	19,2	18,2	22,18
Fibras (g)	10,6	7,7	3,9	6,8	3,8	6,56
Vitamina A (mcg)	85,0	89,6	88,4	90,2	114,9	93,62
Vitamina C (mcg)	48,6	30,0	10,3	18,1	12,4	23,88
Sódio (mg)	1.331,2	982,5	590,7	1.501,3	431,5	967,44
Cálcio (mg)	224,4	241,2	163,2	180,6	270,2	215,92
Ferro (mg)	4,5	4,0	3,1	3,7	3,0	3,66

- **CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO**

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SARAPUI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE

CARDÁPIO – PEI M^a IMACULADA E FLORA

Semana do dia 22/06/2026 a 26/06/2026

	2º Feira 22/06	3ºFeira 23/06	4ºFeira 24/06	5º Feira 25/06	6º Feira 26/06	MEDIA SEMANAL
Desjejum 7:00h	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão iogurte	Pão com mussarela Leite com cacau 70%	
Almoço Ou jantar	Macarrão com carne moída	Arroz com frango e feijão Salada: Repolho Fruta: Laranja	Arroz e feijão Escondidinho de carne moída Salada: Acelga com beterraba Fruta: Banana	Arroz e feijão Sobrecoxa de frango desossada com cenoura e batata assada Salada: Rúcula Fruta: Abacaxi	Arroz e strogonoff de carne Salada: Pepino com tomate Fruta: Maça	
Lanche	Bolo de banana Suco de laranja	iogurte com cereal	Bolo de laranja Suco de melancia	Salada de frutas	Torta de frango Suco de abacaxi	
FICHA TÉCNICA						
Kcal (Dia)	1.244,0	927,5	839,3	745,2	627,3	876,66
Carboidratos (g)	206,1	140,6	107,1	128,5	96,9	135,84
Proteínas (g)	34,4	39,2	27,8	25,9	18,4	29,14
Lipídeos(g)	31,1	23,5	34,9	13,7	19,4	24,52
Fibras (g)	14,7	6,7	7,2	5,3	8,5	8,48
Vitamina A (mcg)	78,0	104,0	184,4	90,2	117,5	114,82
Vitamina C (mcg)	20,1	16,2	22,0	10,3	19,7	17,66
Sódio (mg)	706,1	884,7	1431,0	979,5	855,4	971,34
Cálcio (mg)	211,4	186,8	262,8	172,8	210,5	208,86
Ferro (mg)	4,2	4,5	4,4	3,7	3,5	4,06

- **CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO**

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN: 46038

