



CARDAPIO DE MERENDA ESCOLAR- 01 a 05 de JUNHO 2026

Escola Municipal de Educação Infantil – EMEI Riscos e Rabiscos

Horários	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	01/06	02/06	03/06	04/06	05/06
Café da manhã 8:00	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100 - 200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	FERIADO	FERIADO	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2
Lanche da manhã 9:10	Abacate	Banana	-	-	Mamão
Almoço 11:00	Lentilha Arroz Molho de carne moída Massa (agricultura) Cenoura	Feijão preto Arroz Molho de frango Purê de batata Beterraba	-	-	Feijão carioca Arroz Carne de gado em molho Polenta Tomate
Leite- 13:00	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	-	-	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2
Lanche 1 14:45	Melão	Vitamina de frutas	-	-	Manga
Lanche 2 16:30	Igual ao almoço	Igual ao almoço	-	-	Igual ao almoço

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO

Dia da Semana	Energia	Proteínas (g)			Gorduras (g)			Carboidrato (g)		
		10 a 15% VET			25 a 35% do VET			55 a 65% VET		
70% Necessidades Diárias	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET
Segunda	602,32	34	134,18	22%	12	108,70	18%	88	352,29	58%
Terça	492,66	24	97,13	20%	7	61,70	13%	85	341,94	69%
Quarta	0,00	0	0,00	0%	0	0,00	0%	0	0,00	0%
Quinta	0,00	0	0,00	0%	0	0,00	0%	0	0,00	0%
Sexta	507,00	27	108,36	21%	5	43,43	9%	89	354,04	70%
Média Semanal	320,39	17	67,93	13%	5	42,76	8%	52	209,65	40%
Recomendado	475	12 a 18 gramas			13 a 18 gramas			65 a 77 gramas		
% Adequação	67%	94%			37%			81%		

Dominique Passarin de Oliveira- Nutricionista – CRN 16749D

OBSERVAÇÃO: O Cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.



CARDAPIO DE MERENDA ESCOLAR- 08 a 12 de JUNHO 2026

Escola Municipal de Educação Infantil – EMEI Riscos e Rabiscos

Horários	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	08/06	09/06	10/06	11/06	12/06
Café da manhã 8:00	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2
Lanche da manhã 9:10	Melão	Maçã	Mamão	Banana	Manga
Almoço 11:00	Lentilha Arroz Omelete com milho e ervilha Couve flor	Feijão carioca Arroz Carne de gado em molho com mandioca Cenoura	Feijão preto Arroz Molho de frango Massa (mercado) Brócolis	Feijão carioca Arroz Frango desfiado Purê de abóbora Tomate	Feijão preto Arroz Molho de carne moída Polenta Chuchu
Leite- 13:00	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2
Lanche 1 14:45	Mamão	Panqueca de banana e aveia	Abacaxi	logurte natural com aveia	Maçã
Lanche 2 16:30	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO

Dia da Semana	Energia (kcal)	Proteínas (g) 10 a 15% VET			Gorduras (g) 25 a 35% do VET			Carboidrato (g) 55 a 65% VET		
		(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET
70% Necessidades Diárias										
Segunda	515,10	27	109,01	21%	13	112,62	22%	75	300,24	58%
Terça	472,79	23	91,12	19%	9	77,16	16%	78	310,68	66%
Quarta	562,84	37	149,48	27%	4	38,61	7%	93	372,44	66%
Quinta	468,49	27	106,28	23%	8	68,74	15%	74	295,19	63%
Sexta	526,31	34	135,30	26%	10	91,91	17%	74	297,42	57%
Média Semanal	509,11	30	118,24	23%	9	77,81	15%	79	315,19	62%
Recomendado	475	12 a 18 gramas			13 a 18 gramas			65 a 77 gramas		
% Adequação	107%	164%			67%			102%		

Dominique Passarin de Oliveira- Nutricionista – CRN 16749D

OBSERVAÇÃO: O Cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.



CARDAPIO DE MERENDA ESCOLAR- 15 a 19 de JUNHO 2026

Escola Municipal de Educação Infantil – EMEI Riscos e Rabiscos

Horários	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	15/06	16/06	17/06	18/06	19/06
Café da manhã 8:00	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2
Lanche da manhã 9:10	Mamão	Banana	Abacate	Melão	Maçã
Almoço 11:00	Lentilha Arroz Molho de frango Purê de abóbora Tomate	Feijão preto Arroz Carne de gado cozida com batata Beterraba	Feijão carioca Arroz Frango desfiado Polenta Cenoura	Feijão preto Arroz Carne de gado em molho Mandioca cozida Brócolis	Feijão carioca Arroz Molho de frango Massa (agricultura) Chuchu
Leite- 13:00	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2
Lanche 1 14:45	Melão	Bolo de banana SEM AÇÚCAR	Mamão	Vitamina de frutas	Manga
Lanche 2 16:30	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO

Dia da Semana	Energia (kcal)	Proteínas (g) 10 a 15% VET			Gorduras (g) 25 a 35% do VET			Carboidrato (g) 55 a 65% VET		
		(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET
70% Necessidades Diárias										
Segunda	520,72	36	142,66	27%	4	36,33	7%	84	334,01	64%
Terça	521,27	18	70,42	14%	5	48,37	9%	102	408,02	78%
Quarta	539,34	34	135,58	25%	7	64,69	12%	83	333,38	62%
Quinta	485,14	20	79,95	16%	6	57,38	12%	89	354,98	73%
Sexta	567,16	35	140,43	25%	4	37,08	7%	96	385,26	68%
Média Semanal	526,73	28	113,81	21%	5	48,77	9%	91	363,13	69%
Recomendado	475	12 a 18 gramas			13 a 18 gramas			65 a 77 gramas		
% Adequação	111%	158%			42%			118%		

Dominique Passarin de Oliveira- Nutricionista – CRN 16749D

OBSERVAÇÃO: O Cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.



CARDAPIO DE MERENDA ESCOLAR- 22 a 26 de JUNHO 2026

Escola Municipal de Educação Infantil – EMEI Riscos e Rabiscos

Horários	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	22/06	23/06	24/06	25/06	26/06
Café da manhã 8:00	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2
Lanche da manhã 9:10	Melão	Maçã	Mamão	Banana	Abacate
Almoço 11:00	Lentilha Arroz Molho de frango Polenta Brócolis	Feijão carioca Arroz Carne de gado cozida com mandioca Tomate	Feijão preto Arroz Molho de frango Polenta Chuchu	Feijão carioca Arroz Frango desfiado Purê de batata Beterraba	Feijão preto Arroz Molho de carne moída Massa (mercado) Couve flor
Leite- 13:00	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2
Lanche 1 14:45	Banana	Salada de frutas	Manga	Bolo de banana SEM AÇÚCAR	Melão
Lanche 2 16:30	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço	Igual ao almoço

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO

Dia da Semana	Energia (kcal)	Proteínas (g) 10 a 15% VET			Gorduras (g) 25 a 35% do VET			Carboidrato (g) 55 a 65% VET		
		(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET
70% Necessidades Diárias										
Segunda	563,72	37	148,45	26%	4	34,36	6%	96	382,58	68%
Terça	476,32	17	66,90	14%	3	25,14	5%	100	400,96	84%
Quarta	515,61	34	136,09	26%	4	34,80	7%	85	340,69	66%
Quinta	513,13	22	86,60	17%	5	45,55	9%	96	383,17	75%
Sexta	595,41	33	132,95	22%	12	109,98	18%	87	348,34	59%
Média Semanal	532,84	29	114,20	21%	6	49,97	9%	93	371,15	70%
Recomendado	475	12 a 18 gramas			13 a 18 gramas			65 a 77 gramas		
% Adequação	112%	159%			43%			121%		

Dominique Passarin de Oliveira- Nutricionista – CRN 16749D

OBSERVAÇÃO: O Cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.



CARDAPIO DE MERENDA ESCOLAR- 29 a 30 de JUNHO 2026

Escola Municipal de Educação Infantil – EMEI Riscos e Rabiscos

Horários	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	29/06	30/06	-	-	-
Café da manhã 8:00	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	-	-	-
Lanche da manhã 9:10	Mamão	Abacate	-	-	-
Almoço 11:00	Lentilha Arroz Molho de carne moída Purê de batata Cenoura	Feijão preto Arroz Omelete com milho e ervilha Purê de abóbora Tomate	-	-	-
Leite- 13:00	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	Leite (100-200ml) Fórmula Infantil para berçário 1 e 2	-	-	-
Lanche 1 14:45	Maçã	logurte natural com aveia Banana	-	-	-
Lanche 2 16:30	Igual ao almoço	Igual ao almoço	-	-	-

COMPOSIÇÃO DO CARDÁPIO

Dia da Semana	Energia (kcal)	Proteínas (g) 10 a 15% VET			Gorduras (g) 25 a 35% do VET			Carboidrato (g) 55 a 65% VET		
		(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET
70% Necessidades Diárias										
Segunda	480,85	30	119,94	25%	8	74,21	15%	71	284,25	59%
Terça	532,37	22	88,61	17%	16	142,61	27%	78	310,90	58%
Quarta	0,00	0	0,00	0%	0	0,00	0%	0	0,00	0%
Quinta	0,00	0	0,00	0%	0	0,00	0%	0	0,00	0%
Sexta	0,00	0	0,00	0%	0	0,00	0%	0	0,00	0%
Média Semanal	202,64	10	41,71	8%	5	43,36	8%	30	119,03	24%
Recomendado	475	12 a 18 gramas			13 a 18 gramas			65 a 77 gramas		
% Adequação	43%	87%			37%			46%		

Dominique Passarin de Oliveira- Nutricionista – CRN 16749D

OBSERVAÇÃO: O Cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.