

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM PERÍODO PARCIAL– EMEF
FAIXA ETÁRIA – 8 a 10 ANOS

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 02/03	TERÇA – FEIRA 03/03	QUARTA – FEIRA 04/03	QUINTA - FEIRA 05/03	SEXTA - FEIRA 06/03
CAFÉ MANHÃ/TARDE	Leite com chocolate e pão com requeijão	Milk Shake de chocolate (Leite Gelado batido com chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Milk Shake de Chocolate (Leite gelado batido com Chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Arroz, Feijão Carne moída refogada com batata, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, estrogonofe de frango e salada de alface com tomate	Arroz, feijão, pernil de porco acebolado e salada de repolho com tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba	Macarronada com molho de carne moída e salada de repolho com cenoura ralada
SOBREMESA	Maçã	-----	Tangerina	-----	Banana
Média semanal da composição nutricional 70% do VET	ENERGIA (kcal) 673,2	CHO (55 a 65% do VET) 76,9/307,6Kcal 56%	PTN (10 a 15 % do VET) 35,7g/142,72Kcal 21%	LDP (15 A 30 % do VET) 16,96g/152,64Kcal 22,67%	-----

OBS: *Para alunos intolerantes a lactose Pão francês com requeijão zero lactose e leite zero lactose, inclusive para estrogonofe.
 *Para alunos diabéticos: Torrada integral no café da manhã em substituição ao pão e leite zero lactose com achocolatado diet.

Assinatura: Clelidimar Rocha de Oliveira
 Nutricionista: Clelidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM PERÍODO PARCIAL– EMEF
FAIXA ETÁRIA – 8 a 10 ANOS

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 09/03	TERÇA – FEIRA 10/03	QUARTA – FEIRA 11/03	QUINTA - FEIRA 12/03	SEXTA - FEIRA 13/03
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Leite com chocolate e pão com requeijão	Milk Shake de chocolate (Leite Gelado batido com chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Milk Shake de Chocolate (Leite gelado batido com Chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Arroz, Feijão Carne moída refogada com batata, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, estrogonofe de frango e salada de alface com tomate	Arroz, feijão, pernil de porco acebolado e salada de repolho com tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba	Macarronada com molho de carne moída e salada de repolho com cenoura ralada
SOBREMESA	Maçã	-----	Tangerina	-----	Banana
Média semanal da composição nutricional 70% do VET	ENERGIA (kcal) 730 Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 76,9/307,6Kcal 56%	PTN (10 a 15 % do VET) 35,7g/142,72Kcal 21%	LDP (15 A 30 % do VET) 16,96g/152,64Kcal 22,67%	-----

OBS: *Para alunos intolerantes a lactose Pão francês com requeijão zero lactose e leite zero lactose, inclusive para estrogonofe.
 *Para alunos diabéticos: Torrada integral no café da manhã em substituição ao pão e leite zero lactose com achocolatado diet.

Assinatura: Cleidimar Rocha de Oliveira
 Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM PERÍODO PARCIAL- EMEF
FAIXA ETÁRIA – 8 a 10 ANOS

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 16/03	TERÇA – FEIRA 17/03	QUARTA – FEIRA 18/03	QUINTA - FEIRA 19/03	SEXTA - FEIRA 20/03
CAFÉ MANHÃ/TARDE	Leite com chocolate e pão com requeijão	Milk Shake de chocolate (Leite Gelado batido com chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Milk Shake de Chocolate (Leite gelado batido com Chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Arroz, Feijão Carne moída refogada com batata, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, estrogonofe de frango e salada de alface com tomate	Arroz, feijão, pernil de porco acebolado e salada de repolho com tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba	Macarronada com molho de carne moída e salada de repolho com cenoura ralada
SOBREMESA	Maçã	-----	Tangerina	-----	Banana
Média semanal da composição nutricional 70% do VET	ENERGIA (kcal) 673,2	CHO (55 a 65% do VET) 76,9/307,6Kcal 56%	PTN (10 a 15 % do VET) 35,7g/142,72Kcal 21%	LDP (15 A 30 % do VET) 16,96g/152,64Kcal 22,67%	-----

OBS: *Para alunos intolerantes a lactose Pão francês com requeijão zero lactose e leite zero lactose, inclusive para estrogonofe.
 *Para alunos diabéticos: Torrada integral no café da manhã em substituição ao pão e leite zero lactose com achocolatado diet.

Assinatura: Cleidimar Rocha de Oliveira
 Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM PERÍODO PARCIAL– EMEF

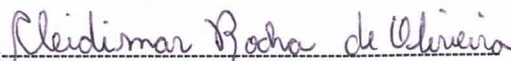
FAIXA ETÁRIA – 8 a 10 ANOS

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 23/03	TERÇA – FEIRA 24/03	QUARTA – FEIRA 25/03	QUINTA - FEIRA 26/03	SEXTA - FEIRA 27/03
LANCHE MANHÃ/TARDE	Leite com chocolate e pão com requeijão	Milk Shake de chocolate (Leite Gelado batido com chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Milk Shake de Chocolate (Leite gelado batido com Chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Arroz, Feijão Carne moída refogada com batata, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, estrogonofe de frango e salada de alface com tomate	Arroz, feijão, pernil de porco acebolado e salada de repolho com tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba	Macarronada com molho de carne moída e salada de repolho com cenoura ralada
SOBREMESA	Maçã	-----	Tangerina	-----	Banana
Média semanal da composição nutricional 70% do VET	ENERGIA (kcal) 673,2	CHO (55 a 65% do VET) 76,9/307,6Kcal 56%	PTN (10 a 15 % do VET) 35,7g/142,72Kcal 21%	LDP (15 A 30 % do VET) 16,96g/152,64Kcal 22,67%	-----

OBS: *Para alunos intolerantes a lactose Pão francês com requeijão zero lactose e leite zero lactose, inclusive para estrogonofe.

*Para alunos diabéticos: Torrada integral no café da manhã em substituição ao pão e leite zero lactose com achocolatado diet.

Assinatura: 
 Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

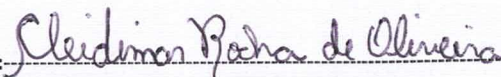
CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM PERÍODO PARCIAL– EMEF
FAIXA ETÁRIA – 08 a 10 ANOS

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 30/03	TERÇA – FEIRA 31/03	QUARTA – FEIRA 01/04	QUINTA - FEIRA 03/04	SEXTA - FEIRA 04/04
LANCHE MANHÃ/TARDE	Leite com chocolate e pão com requeijão	Milk Shake de chocolate (Leite Gelado batido com chocolate)	---	---	---
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Arroz, Feijão Carne moída refogada com batata, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, estrogonofe de frango e salada de alface com tomate	---	---	---
SOBREMESA	Macã	-----	---	---	---
Média semanal da composição nutricional 70% do VET	ENERGIA (kcal) 730 Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 76,9/307,6Kcal 57%	PTN (10 a 15 % do VET) 35,7g/142,72Kcal 21%	LDP (15 A 30 % do VET) 16,96g/152,64Kcal 22,67%	-----

OBS: *Para alunos intolerantes a lactose Pão francês com requeijão zero lactose e leite zero lactose, inclusive para estrogonofe.

*Para alunos diabéticos: Torrada integral no café da manhã em substituição ao pão e leite zero lactose com achocolatado diet.

Assinatura: 
 Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

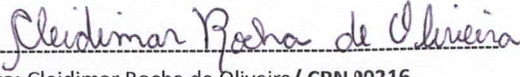
CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM PERÍODO PARCIAL– EMEF
FAIXA ETÁRIA – 11 a 15 ANOS

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 02/03	TERÇA – FEIRA 03/03	QUARTA – FEIRA 04/03	QUINTA - FEIRA 05/03	SEXTA - FEIRA 06/03
CAFÉ MANHÃ/TARDE	Leite com chocolate e pão com requeijão	Milk Shake de chocolate (Leite Gelado batido com chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Milk Shake de Chocolate (Leite gelado batido com Chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Arroz, Feijão Carne moída refogada com batata, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, estrogonofe de frango e salada de alface com tomate	Arroz, feijão, pernil de porco acebolado e salada de repolho com tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba	Macarronada com molho de carne moída e salada de repolho com cenoura ralada
SOBREMESA	Maçã	-----	Tangerina	-----	Banana
Média semanal da composição nutricional 70% do VET	ENERGIA (kcal) 730 Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 76,9/307,6Kcal 57%	PTN (10 a 15 % do VET) 35,7g/142,72Kcal 21%	LDP (15 A 30 % do VET) 16,96g/152,64Kcal 22,67%	-----

OBS: *Para alunos intolerantes a lactose Pão francês com requeijão zero lactose e leite zero lactose, inclusive para estrogonofe.

*Para alunos diabéticos: Torrada integral no café da manhã em substituição ao pão e leite zero lactose com achocolatado diet.

Assinatura: 
 Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM PERÍODO PARCIAL- EMEF
FAIXA ETÁRIA – 11 a 15 ANOS

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 09/03	TERÇA – FEIRA 10/03	QUARTA – FEIRA 11/03	QUINTA - FEIRA 12/03	SEXTA - FEIRA 13/03
LANCHE MANHÃ/TARDE	Leite com chocolate e pão com requeijão	Milk Shake de chocolate (Leite Gelado batido com chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Milk Shake de Chocolate (Leite gelado batido com Chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Arroz, Feijão Carne moída refogada com batata, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, estrogonofe de frango e salada de alface com tomate	Arroz, feijão, pernil de porco acebolado e salada de repolho com tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba	Macarronada com molho de carne moída e salada de repolho com cenoura ralada
SOBREMESA	Maçã	-----	Tangerina	-----	Banana
Média semanal da composição nutricional 70% do VET	ENERGIA (kcal) 730 Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 103,6/414,5Kcal 578%	PTN (10 a 15 % do VET) 35,7g/142,72Kcal 21%	LDP (15 A 30 % do VET) 16,96g/152,64Kcal 22,67%	-----

OBS: *Para alunos intolerantes a lactose Pão francês com requeijão zero lactose e leite zero lactose, inclusive para estrogonofe.
 *Para alunos diabéticos: Torrada integral no café da manhã em substituição ao pão e leite zero lactose com achocolatado diet.

Assinatura: Cleidimar Rocha de Oliveira
 Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM PERÍODO PARCIAL – EMEF
FAIXA ETÁRIA – 11 a 15 ANOS

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 16/03	TERÇA – FEIRA 17/03	QUARTA – FEIRA 18/03	QUINTA - FEIRA 19/03	SEXTA - FEIRA 20/03
LANCHE MANHÃ/TARDE	Leite com chocolate e pão com requeijão	Milk Shake de chocolate (Leite Gelado batido com chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Milk Shake de Chocolate (Leite gelado batido com Chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Arroz, Feijão Carne moída refogada com batata, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, estrogonofe de frango e salada de alface com tomate	Arroz, feijão, pernil de porco acebolado e salada de repolho com tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba	Macarronada com molho de carne moída e salada derepolho com cenoura ralada
SOBREMESA	Maçã	-----	Tangerina	-----	Banana
Média semanal da composição nutricional 70% do VET	ENERGIA (kcal) 730 Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 76,9/307,6Kcal 57%	PTN (10 a 15 % do VET) 35,7g/142,72Kcal 21%	LDP (15 A 30 % do VET) 16,96g/152,64Kcal 22,67%	-----

OBS: *Para alunos intolerantes a lactose Pão francês com requeijão zero lactose e leite zero lactose, inclusive para estrogonofe.
 *Para alunos diabéticos: Torrada integral no café da manhã em substituição ao pão e leite zero lactose com achocolatado diet.

Assinatura: Cleidimar Rocha de Oliveira
 Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO


CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM PERÍODO PARCIAL– EMEF
FAIXA ETÁRIA – 11 a 15 ANOS

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 23/03	TERÇA – FEIRA 24/03	QUARTA – FEIRA 25/03	QUINTA - FEIRA 26/03	SEXTA - FEIRA 27/03
LANCHE MANHÃ/TARDE	Leite com chocolate e pão com requeijão	Milk Shake de chocolate (Leite Gelado batido com chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão	Milk Shake de Chocolate (Leite gelado batido com Chocolate)	Leite com Chocolate Pão com Requeijão
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Arroz, Feijão Carne moída refogada com batata, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, estrogonofe de frango e salada de alface com tomate	Arroz, feijão, pernil de porco acebolado e salada de repolho com tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa de frango, cenoura e milho) e salada de beterraba	Macarronada com molho de carne moída e salada de repolho com cenoura ralada
SOBREMESA	Maçã	-----	Tangerina	-----	Banana
Média semanal da composição nutricional 70% do VET	ENERGIA (kcal) 730 Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 76,9/307,6Kcal 57%	PTN (10 a 15 % do VET) 35,7g/142,72Kcal 21%	LDP (15 A 30 % do VET) 16,96g/152,64Kcal 22,67%	-----

OBS: *Para alunos intolerantes a lactose Pão francês com requeijão zero lactose e leite zero lactose, inclusive para estrogonofe.

*Para alunos diabéticos: Torrada integral no café da manhã em substituição ao pão e leite zero lactose com achocolatado diet.

Assinatura: 
 Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM PERÍODO PARCIAL- EMEF
FAIXA ETÁRIA – 11 a 15 ANOS

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 30/03	TERÇA – FEIRA 31/03	QUARTA – FEIRA 01/04	QUINTA - FEIRA 03/04	SEXTA - FEIRA 04/04
LANCHE MANHÃ/TARDE	Leite com chocolate e pão com requeijão	Milk Shake de chocolate (Leite Gelado batido com chocolate)	----	----	----
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Arroz, Feijão Carne moída refogada com batata, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, estrogonofe de frango e salada de alface com tomate	----	----	----
SOBREMESA	Maçã	-----	----	----	----
Média semanal da composição nutricional 70% do VET	ENERGIA (kcal) 730 Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 76,9/307,6Kcal 57%	PTN (10 a 15 % do VET) 35,7g/142,72Kcal 21%	LDP (15 A 30 % do VET) 16,96g/152,64Kcal 22,67%	-----

OBS: *Para alunos intolerantes a lactose Pão francês com requeijão zero lactose e leite zero lactose, inclusive para estrogonofe.

*Para alunos diabéticos: Torrada integral no café da manhã em substituição ao pão e leite zero lactose com achocolatado diet.

Assinatura: Cleidimar Rocha de Oliveira
 Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 Rua Emílio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000
 e-mail: educacao@cardoso.sp.gov.br
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR EM PERÍODO PARCIAL– EMEF
FAIXA ETÁRIA – 08 a 10 ANOS

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 30/03	TERÇA – FEIRA 31/03	QUARTA – FEIRA 01/04	QUINTA - FEIRA 03/04	SEXTA - FEIRA 04/04
LANCHE MANHÃ/TARDE	Leite com chocolate e pão com requeijão	Milk Shake de chocolate (Leite Gelado batido com chocolate)	----	----	----
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	Arroz, Feijão Carne moída refogada com batata, salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, estrogonofe de frango e salada de alface com tomate	----	----	----
SOBREMESA	Macã	-----	----	----	----
Média semanal da composição nutricional 70% do VET	ENERGIA (kcal) 730 Kcal	CHO (55 a 65% do VET) 76,9/307,6Kcal 57%	PTN (10 a 15 % do VET) 35,7g/142,72Kcal 21%	LDP (15 A 30 % do VET) 16,96g/152,64Kcal 22,67%	-----

OBS: *Para alunos intolerantes a lactose Pão francês com requeijão zero lactose e leite zero lactose, inclusive para estrogonofe.

*Para alunos diabéticos: Torrada integral no café da manhã em substituição ao pão e leite zero lactose com achocolatado diet.

Assinatura:-----

Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216