

**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 – EMEI**

FAIXA ETÁRIA – 07 meses a 11 meses – PERÍODO INTEGRAL

**MARÇO/2026**

REFEIÇÃO	SEGUNDA - FEIRA 02/03		TERÇA - FEIRA 03/03		QUARTA - FEIRA 04/03	QUINTA - FEIRA 05/03	SEXTA - FEIRA 06/03	
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 8:00h	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão		Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão		Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	
<b>ALMOÇO</b> 10:00 - 11h	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne moída com molho salada mista de repolho com cenoura		Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, peito de frango ao molho e salada de tomate		Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de panela com batata e cenoura cozida, salada de repolho	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de moída com batata e cenoura cozida, salada de alface e tomate	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de frango ao molho com batata e cenoura cozida, salada de ovo	
<b>LANCHE DA TARDE</b> 13:30	Leite puro ou com cacau em pó e maçã (em pedaços seguros ou raspadinha e sem sementes e casca)		Leite puro ou com cacau em pó e banana amassada ou em pedaços		Leite puro ou com cacau em pó e mamão em pedaços ou amassado	Leite puro ou com cacau em pó e melancia (em pedaços seguros e sem sementes)	Leite puro ou com cacau em pó e laranja (em pedaços seguros e sem sementes)	
<b>JANTAR</b> 15:00 – 16:00h	Macarronada com molho e carne moída		Sopa de feijão com carne moída, macarrão, batata, cenoura		Sopa de legumes com carne moída, macarrão, batata e cenoura	Sopa de feijão com carne moída, macarrão, batata, cenoura	Sopa de fubá com carne moída	
<b>Média semanal da composição nutricional</b> 70% do VET	Energia (Kcal)	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN(g) 10 a 15 % do VET	LPD(g) 15 a 30 % do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	628 Kcal	79,36g/317Kcal 50,5%	32,18g/128,72Kcal 20,5%	20,3g/182,9Kcal 29,12%	265,76	21,72	396,86	3

**Observação:** 1. É **proibido** oferta de açúcar para crianças até 03 anos de idade, não é permitido adoçar nenhuma preparação que será ofertada para essa faixa etária;

2. Crianças intolerantes à lactose servir: pão francês com requeijão zero lactose ou biscoito zero lactose e leite zero lactose;

\* Este cardápio pode sofrer alterações com autorização prévia da nutricionista responsável.

Assinatura: Cleidimar R. 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 – EMEI**

FAIXA ETÁRIA – 07meses a 11 meses – PERÍODO INTEGRAL

**MARÇO/2026**

REFEIÇÃO	SEGUNDA – FEIRA 09/03	TERÇA – FEIRA 10/03	4ª QUARTA 11/03	5ª QUINTA 12/03	6ª SEXTA 13/03			
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 8:00h	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão			
<b>ALMOÇO</b> 10:00 - 11h	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne moída com molho salada mista de repolho com cenoura	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, peito de frango ao molho e salada de tomate	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de panela com batata e cenoura cozida, salada de repolho	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de moída com batata e cenoura cozida, salada de alface e tomate	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de frango ao molho com batata e cenoura cozida, salada de ovo			
<b>LANCHE DA TARDE</b> 13:30	Leite puro ou com cacau em pó e maçã (em pedaços seguros ou raspadinha e sem sementes e casca)	Leite puro ou com cacau em pó e banana amassada ou em pedaços	Leite puro ou com cacau em pó e mamão em pedaços ou amassado	Leite puro ou com cacau em pó e melancia (em pedaços seguros e sem sementes)	Leite puro ou com cacau em pó e laranja (em pedaços seguros e sem sementes)			
<b>JANTAR</b> 15:00 – 16:00h	Macarronada com molho e carne moída	Sopa de feijão com carne moída, macarrão, batata, cenoura	Sopa de legumes com carne moída, macarrão, batata e cenoura	Sopa de feijão com carne moída, macarrão, batata, cenoura	Sopa de fubá com carne moída			
<b>Média semanal da composição nutricional</b> 70% do VET	<b>Energia</b>	<b>CHO (g)</b> 55 a 65% do VET	<b>PTN(g)</b> 10 a 15 % do VET	<b>LPD(g)</b> 15 a 30 % do VET	<b>Vit. A</b> (mcg)	<b>Vit. C</b> (mg)	<b>Ca</b> (mg)	<b>Fe</b> (mg)
	628 (kcal)	79,36g/317Kcal 50,5%	32,18g/128,72Kcal 20,5%	20,3g/182,9Kcal 29,12%	265,76	21,72	396,86	3

**Observação:** 1. É **proibido** oferta de açúcar para crianças até 03 anos de idade, não é permitido adoçar nenhuma preparação que será ofertada para essa faixa etária;  
 2. Crianças intolerantes à lactose servir: pão francês com requeijão zero lactose ou biscoito zero lactose e leite zero lactose;  
 \* Este cardápio pode sofrer alterações com autorização prévia da nutricionista responsável.

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

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
 Rua Emilio Fernandes Bilar, 1647 – CEP. 15.570-000  
 e-mail: [educacao@cardoso.sp.gov.br](mailto:educacao@cardoso.sp.gov.br)  
 CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

**CARDÁPIO – EMEI**  
 FAIXA ETÁRIA – 07 meses a 11 meses – PERÍODO INTEGRAL

**MARÇO/2026**

REFEIÇÃO	SEGUNDA - FEIRA 16/03	TERÇA - FEIRA 17/03	QUARTA - FEIRA 18/03	QUINTA - FEIRA 19/03	SEXTA - FEIRA 20/03			
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 8:00h	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão			
<b>ALMOÇO</b> 10:00 a 11:00h	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne moída com molho salada mista de repolho com cenoura	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, peito de frango ao molho e salada de tomate	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de panela com batata e cenoura cozida, salada de repolho	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de moída com batata e cenoura cozida, salada de alface e tomate	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de frango ao molho com batata e cenoura cozida, salada de ovo			
<b>LANCHE DA TARDE</b> 13:30	Leite puro ou com cacau em pó e maçã (em pedaços seguros ou raspadinha e sem sementes e casca)	Leite puro ou com cacau em pó e banana amassada ou em pedaços	Leite puro ou com cacau em pó e mamão em pedaços ou amassado	Leite puro ou com cacau em pó e melancia (em pedaços seguros e sem sementes)	Leite puro ou com cacau em pó e laranja (em pedaços seguros e sem sementes)			
<b>JANTAR</b> 15:00 a 11:00	Macarronada com molho e carne moída	Sopa de feijão com carne moída, macarrão, batata, cenoura	Sopa de legumes com carne moída, macarrão, batata e cenoura	Sopa de feijão com carne moída, macarrão, batata, cenoura	Sopa de fubá com carne moída			
<b>Média semanal da composição nutricional</b> 70% do VET	<b>Energia</b>	<b>CHO (g)</b> 55 a 65% do VET	<b>PTN(g)</b> 10 a 15 % do VET	<b>LPD(g)</b> 15 a 30 % do VET	<b>Vit. A</b> (mcg)	<b>Vit. C</b> (mg)	<b>Ca</b> (mg)	<b>Fe</b> (mg)
	628 (kcal)	79,36g/317Kcal 50,5%	32,18g/128,72Kcal 20,5%	20,3g/182,9Kcal 29,12%	265,76	21,72	396,86	3

**Observação:** 1. É **proibido** oferta de açúcar para crianças até 03 anos de idade, não é permitido adoçar nenhuma preparação que será ofertada para essa faixa etária;  
 2. Crianças intolerantes à lactose servir: pão francês com requeijão zero lactose ou biscoito zero lactose e leite zero lactose;  
 \* Este cardápio pode sofrer alterações com autorização prévia da nutricionista responsável.

Assinatura: Clelidimar R. 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](mailto:educacao@cardoso.sp.gov.br)

CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

CARDÁPIO – EMEI

FAIXA ETÁRIA – 07 meses a 11 meses – PERÍODO INTEGRAL

MARÇO/2026

REFEIÇÃO	SEGUNDA - FEIRA 23/03	TERÇA - FEIRA 24/03	QUARTA - FEIRA 25/03	QUINTA - FEIRA 26/03	SEXTA - FEIRA 27/03			
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 8:00h	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão			
<b>ALMOÇO</b> 10:00 a 11:00h	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne moída com molho salada mista de repolho com cenoura	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, peito de frango ao molho e salada de tomate	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de panela com batata e cenoura cozida, salada de repolho	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de moída com batata e cenoura cozida, salada de alface e tomate	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne de frango ao molho com batata e cenoura cozida, salada de ovo			
<b>LANCHE DA TARDE</b> 13:30	Leite puro ou com cacau em pó e maçã (em pedaços seguros ou raspadinha e sem sementes e casca)	Leite puro ou com cacau em pó e banana amassada ou em pedaços	Leite puro ou com cacau em pó e mamão em pedaços ou amassado	Leite puro ou com cacau em pó e melancia (em pedaços seguros e sem sementes)	Leite puro ou com cacau em pó e laranja (em pedaços seguros e sem sementes)			
<b>JANTAR</b> 15:00 a 11:00	Macarronada com molho e carne moída	Sopa de feijão com carne moída, macarrão, batata, cenoura	Sopa de legumes com carne moída, macarrão, batata e cenoura	Sopa de feijão com carne moída, macarrão, batata, cenoura	Sopa de fubá com carne moída			
<b>Média semanal da composição nutricional</b> 70% do VET	<b>Energia</b>	<b>CHO (g)</b> 55 a 65% do VET	<b>PTN(g)</b> 10 a 15 % do VET	<b>LPD(g)</b> 15 a 30 % do VET	<b>Vit. A</b> (mcg)	<b>Vit. C</b> (mg)	<b>Ca</b> (mg)	<b>Fe</b> (mg)
	628 (kcal)	79,36g/317Kcal 50,5%	32,18g/128,72Kcal 20,5%	20,3g/182,9Kcal 29,12%	265,76	21,72	396,86	3

**Observação:** 1. É proibido oferta de açúcar para crianças até 03 anos de idade, não é permitido adoçar nenhuma preparação que será ofertada para essa faixa etária;  
 2. Crianças intolerantes à lactose servir: pão francês com requeijão zero lactose ou biscoito zero lactose e leite zero lactose;  
 \* Este cardápio pode sofrer alterações com autorização prévia da nutricionista responsável.

Assinatura: Cleidimar R. 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](mailto:educacao@cardoso.sp.gov.br)

CARDOSO – ESTADO DE SÃO PAULO

**CARDÁPIO – EMEI**

FAIXA ETÁRIA – 07 meses a 11 meses – PERÍODO INTEGRAL

**MARÇO/2026**

REFEIÇÃO	SEGUNDA - FEIRA 30/03	TERÇA - FEIRA 31/03	QUARTA - FEIRA 01/04	QUINTA - FEIRA 02/04	SEXTA - FEIRA 03/04			
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 8:00h	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	Leite puro ou com cacau em pó e pão com requeijão	-----	-----	-----			
<b>ALMOÇO</b> 10:00 a 11:00h	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, carne moída com molho salada mista de repolho com cenoura	Arroz papa, feijão amassadinho com caldo, peito de frango ao molho e salada de tomate	-----	-----	-----			
<b>LANCHE DA TARDE</b> 13:30	Leite puro ou com cacau em pó e PERA (em pedaços seguros ou raspadinha e sem sementes e casca)	Leite puro ou com cacau em pó e banana amassada ou em pedaços	-----	-----	-----			
<b>JANTAR</b> 15:00 a 11:00	Macarronada com molho e carne moída	Sopa de feijão com carne moída, macarrão, batata, cenoura	-----	-----	-----			
<b>Média semanal da composição nutricional</b> 70% do VET	<b>Energia</b>	<b>CHO (g)</b> 55 a 65% do VET	<b>PTN(g)</b> 10 a 15 % do VET	<b>LPD(g)</b> 15 a 30 % do VET	<b>Vit. A</b> (mcg)	<b>Vit. C</b> (mg)	<b>Ca</b> (mg)	<b>Fe</b> (mg)
	628 (kcal)	79,36g/317Kcal 50,5%	32,18g/128,72Kcal 20,5%	20,3g/182,9Kcal 29,12%	265,76	21,72	396,86	3

**Observação:** 1. É **proibido** oferta de açúcar para crianças até 03 anos de idade, não é permitido adoçar nenhuma preparação que será ofertada para essa faixa etária;

2. Crianças intolerantes à lactose servir: pão francês com requeijão zero lactose ou biscoito zero lactose e leite zero lactose;

\* Este cardápio pode sofrer alterações com autorização prévia da nutricionista responsável.

Assinatura:

*Cleidimar R. de Oliveira*

Nutricionista: Cleidimar Rocha de Oliveira/ CRN-90216