

35708 2023



Proc. _____
F's. 54
Ass./Mat. _____

**PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**

ESQUEMA DE UTILIZAÇÃO DOS CARDÁPIOS

FEVEREIRO A ABRIL 2024

DIAS	CARDÁPIOS
05 a 09 de Fevereiro	Cardápio 1
12 a 16 de Fevereiro	Cardápio 2
19 a 23 de Fevereiro	Cardápio 1
26 de Fevereiro a 01 de Março	Cardápio 2
04 a 08 de Março	Cardápio 1
11 a 15 de Março	Cardápio 2
18 a 22 de Março	Cardápio 1
25 a 29 de Março	Cardápio 2
01 a 05 de Abril	Cardápio 1
08 a 12 de Abril	Cardápio 2
15 a 19 de Abril	Cardápio 1
22 a 26 de Abril	Cardápio 2
29 de Abril a 03 de Maio	Cardápio 1

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS
NUTRICIONISTA – RESPONSÁVEL TÉCNICO
CRN4 08100112

32708 8053



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE BERÇÁRIO

FEVEREIRO – ABRIL 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA-FEIRA	MAMADEIRA DE MUCILAGEM ADOÇADA COM MAÇÃ	PAPINHA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA CALDO DE FEIJÃO	SUCO DE MELÃO	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES E FRANGO CALDO DE FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	VITAMINA DE GOIABA COM BETERRABA	RISOTO DE PEIXE PAPA CALDO DE FEIJÃO PIRÃO DE PEIXE	SUCO DE LARANJA	ANGU COM MOLHO DE MOELA PICADINHA CALDO DE FEIJÃO
QUARTA-FEIRA	MAMADEIRA DE AVEIA ADOÇADA COM MAMÃO	PURÊ DE BATATA ABÓBORA MADURA AMASSADA CALDO DE FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA	BANANA AMASSADA	CANJUIQUINHA COM CARNE SUJINA DESFIADA CALDO DE FEIJÃO
QUINTA-FEIRA	VITAMINA DE FRUTAS	ANGU CALDO DE FEIJÃO CARNE DESFIADA AO MOLHO	MAMÃO AMASSADO	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES CALDO DE FEIJÃO
SEXTA-FEIRA	MAMADEIRA DE MUCILAGEM ADOÇADA COM BANANA	ARROZ PAPA CALDO DE FEIJÃO PICADINHO DE FRANGO PANACHÊ DE LEGUMES	VITAMINA DE MARACUJÁ E BISCOITO DOCE	MACARRÃO AO CHEIRO VERDE OVO COZIDO TUTU

OBS: todos os alimentos devem ser cozidos com pouca água até ficarem bem macios. Para crianças menores de 8 meses amassar os alimentos com garfo, para os maiores não há necessidade de amassá-los. Não liquidificar e não passar na peneira os alimentos.

35708 2023

Fis. 55
Ass./Mat.

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO - 1 BERÇÁRIO - FEVEREIRO A ABRIL

DIAS DA SEMANA	Energia			Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET							
Segunda	548,40	29	114,31	21%	15	131,06	24%	75	300,78	55%	258,57	5,82	271,03	39,68	801,34		
Terça	645,57	25	98,19	15%	17	148,54	23%	102	406,23	63%	293,34	4,06	152,95	175,62	1169,88		
Quarta	674,14	32	128,73	19%	26	233,01	35%	83	330,51	49%	316,52	4,24	317,87	56,67	1365,60		
Quinta	608,56	29	114,56	19%	18	159,50	26%	86	342,42	56%	295,61	3,69	205,75	98,91	1241,04		
Sexta	835,16	33	132,11	16%	25	228,28	27%	118	471,77	56%	475,07	6,75	292,28	27,74	1431,03		
Média semanal	662,37	29	117,58	18%	20	180,08	27%	93	370,34	56%	327,82	4,91	247,98	79,72	1201,78		



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE BERÇÁRIO

FEVEREIRO – ABRIL 2024

	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA-FEIRA	MINGAU DE MAISENA ADOÇADO COM MAMÃO	MACARRÃO AO ENSOPADO CALDO DE FEIJÃO MOLHO CARNE MOIDA	SUCO DE ABACAXI	CANJA DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO CALDO DE FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	MAMADEIRA DE MUCILAGEM ADOÇADA COM PERA	PURÊ DE AIPIM OU BATATA CALDO DE FEIJÃO CARNE SUÍNA DESFIADA AO VINAGRETE	BANANA COZIDA AMASSADA	SOPA DE LEGUMES COM CARNE MOIDA CALDO DE FEIJÃO
QUARTA-FEIRA	VITAMINA DE MARACUJÁ E MAMÃO	PURÊ DE INHAME, CENOURA E VAGEM CALDO DE FEIJÃO FRANGO DESFIADO	SUCO DE MANGA E MARACUJÁ	MACARRÃO ENSOPADO MOLHO DE CARNE MOÍDA CALDO DE FEIJÃO
QUINTA-FEIRA	MAMADEIRA DE AVEIA ADOÇADA COM MAÇÃ	PAPINHA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA CALDO DE FEIJÃO	SUCO DE ACEROLA E LARANJA	ANGU COM MOLHO DE FRANGO DESFIADO CALDO DE FEIJÃO
SEXTA-FEIRA	VITAMINA DE BANANA	ARROZ PAPA CALDO DE FEIJÃO ISCA DE FRANGO SALADA DE BATATA AO CHEIRO VERDE	ARROZ DOCE PAPA ADOÇADO COM CENOURA	PURÊ DE BATATA OU AIPIM MOLHO DE CARNE MOÍDA CALDO DE FEIJÃO

OBS: todos os alimentos devem ser cozidos com pouca água até ficarem bem macios. Para crianças menores de 8 meses amassar os alimentos com garfo, para os maiores não há necessidade de amassá-los. Não liquidificar e não passar na peneira os alimentos.



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DIAS DA SEMANA	Energia			Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET							
Segunda	548,40	29	114,31	21%	15	131,06	24%	75	300,78	55%	258,57	5,82	271,03	39,68	801,34		
Terça	645,57	25	98,19	15%	17	148,54	23%	102	406,23	63%	293,34	4,06	152,95	175,62	1169,88		
Quarta	674,14	32	128,73	19%	26	233,01	35%	83	330,51	49%	316,52	4,24	317,87	56,67	1365,60		
Quinta	608,56	29	114,56	19%	18	159,50	26%	86	342,42	56%	295,61	3,69	205,75	98,91	1241,04		
Sexta	835,16	33	132,11	16%	25	228,28	27%	118	471,77	56%	475,07	6,75	292,28	27,74	1431,03		
Média semanal	662,37	29	117,58	18%	20	180,08	27%	93	370,34	56%	327,82	4,91	247,98	79,72	1201,78		



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO 1

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE MATERNAL

FEVEREIRO – ABRIL 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	SOBREMESA 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES FAROFA	MELÃO	VITAMINA DE FRUTAS (MAÇA, MAMÃO, BANANA)	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES E FRANGO FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	TAPIOCA COM MANTEIGA OU BATATA DOCE COZIDA VITAMINA DE GOIABA	RISOTO DE PEIXE FEIJÃO SALADA DE TOMATE, CENOURA E REPOLHO OU ALFACE COM TOMATE	LARANJA	BISCOITO DE SAL SUCO DE ABACAXI	ANGU COM MOLHO DE MOELA FEIJÃO
QUARTA-FEIRA	PÃO DE COCO COM MANTEIGA SUCO DE ACEROLA	ARROZ FEIJÃO CARNE SECA ABÓBORA MADURA AO CHEIRO VERDE	BANANA	CANJICÃO ADOÇADO COM BANANA	CANJQUINHA COM CARNE SUÍNA FEIJÃO
QUINTA-FEIRA	IOGURTE COM FRUTAS (MELÃO/ MAMÃO) E AVEIA	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO ANGU COUVE	MAMÃO	BISCOITO DOCE COM SUCO DE ACEROLA LARANJA E CENOURA	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES FEIJÃO
SEXTA-FEIRA	PÃO CARECA COM MUSSARELA LEITE COM CAFÉ	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE FRANGO PANACHÊ DE LEGUMES	MELANCIA	VITAMINA DE MARACUJÁ E MAMÃO	MACARRÃO AO CHEIRO VERDE OVO COZIDO TUTU

35708 2023

PROC. _____
Fs. 57
Ass./Mat. _____

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1 – MATERNAL – FEVEREIRO A ABRIL

DIAS DA SEMANA	Energia	Proteína	% VET	Lípidios	% VET	Carboidratos	% VET	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio			
	(kcal)												(g)	Kcal	(g)
Segunda	989,19	38	151,77	15%	29	259,11	26%	145	579,97	59%	519,22	3,96	503,68	25,84	1472,05
Terça	709,15	25	100,34	14%	19	173,62	24%	112	448,18	63%	307,63	4,65	1323,92	92,53	1355,82
Quarta	794,56	30	118,21	15%	28	252,40	32%	110	439,71	55%	141,34	4,25	2387,47	218,88	2084,97
Quinta	827,50	32	128,99	16%	21	184,54	22%	130	520,15	63%	254,06	4,55	301,58	253,35	1699,21
Sexta	973,38	41	162,55	17%	31	280,77	29%	133	532,34	55%	504,81	5,08	378,50	18,67	1757,93
Média semanal	858,76	33	132,37	15%	26	230,09	27%	126	504,07	59%	345,41	4,50	979,03	121,85	1674,00

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE MATERNAL

FEVEREIRO – ABRIL 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	SOBREMESA 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA- FEIRA	PÃO DE BATATA COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ	MACARRÃO AO CHEIRO VERDE FEIJÃO MOLHO CARNE MOÍDA	ABACAXI	BISCOITO DOCE COM SUCO DE ACEROLA E MAMÃO	CANJA DE LEGUMES COM FRANGO DESFIAO FEIJÃO
TERÇA- FEIRA	PÃO DE MILHO COM MANTEIGA SUCO DE GOIABA OU LIMÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE SUINA PICADINHA AO VINAGRETE PURÉ DE AIPIM OU BATATA	PERA	BANANA DA TERRA COZIDA	SOPA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA FEIJÃO
QUARTA- FEIRA	VITAMINA DE MARACUJÁ E BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COZIDO OU ASSADO INHAME ENSOPADO VAGEM REFOGADA	MAMÃO	BISCOITO DE SAL SUCO DE MANGA	MACARRÃO MOLHO DE CARNE MOÍDA FEIJÃO
QUINTA- FEIRA	PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA LEITE COM CHOCOLATE	ARROZ FEIJÃO BIFE ROLÉ AO MOLHO TABULE	BANANA	SALADA DE FRUTAS COM IOGURTE	ANGU COM MOLHO DE FRANGO DESFIAO FEIJÃO
SEXTA- FEIRA	BANANA DA TERRA COZIDA	ARROZ FEIJÃO ISCA DE FRANGO SALADA DE BATATA AO CHEIRO VERDE	MAÇÃ	ARROZ DOCE	PURÉ DE BATATA OU AIPIM FEIJÃO MOLHO DE CARNE MOÍDA

Proc. _____
Fs. 58
A. /Mat. 4

35708
2023

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DIAS DA SEMANA	Proteína		Lipídeos		Carboidratos		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)				
	Energia (kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal						% VET			
Segunda	898,43	36	145,32	16%	24	219,05	24%	135	538,32	60%	274,00	5,34	280,08	204,95	1293,81
Terça	945,52	36	144,75	15%	28	248,94	26%	143	570,63	60%	298,57	5,05	490,21	40,72	2031,95
Quarta	880,72	38	153,77	17%	25	229,34	26%	127	507,53	58%	255,33	4,67	179,63	83,75	3018,18
Quinta	947,53	40	160,51	17%	24	214,00	23%	147	588,60	62%	457,82	5,10	179,72	31,31	1668,73
Sexta	893,01	36	145,41	16%	26	237,33	27%	132	526,74	59%	325,02	4,30	393,51	41,19	2225,82
Média semanal	913,04	37	149,95	16%	26	229,73	25%	137	546,36	60%	322,15	4,89	304,63	80,38	2047,70

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS - NUTRICIONISTA - RT - CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
 SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
 CARDÁPIO 1

EDUCAÇÃO INFANTIL PRÉ-ESCOLA – ENSINO FUNDAMENTAL - EJA

FEVEREIRO – ABRIL 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM/LANCHE 7:00 às 7:10h (matutino) 12:20 às 12:30h/16:40 às 16:50 (vespertino) 18:30 às 18:40h (noturno)	ALMOÇO 9:30 às 9:50h (matutino) 14:30 às 14:50h (vespertino) 20:00 às 20:20h (noturno)	SOBREMESA 9:50h (matutino) 14:50h (vespertino) 20:20h (noturno)
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES FAROFA	MELÃO
TERÇA-FEIRA	TAPIOCÁ COM MANTEIGA OU BATATA DOCE COZIDA VITAMINA DE GOIABA	RISOTO DE PEIXE FEIJÃO SALADA DE TOMATE, CENOURA E REPOLHO OU ALFACE COM TOMATE	LARANJA
QUARTA-FEIRA	PÃO DE COCO COM MANTEIGA SUCO DE ACEROLA	ARROZ FEIJÃO CARNE SECA ABÓBORA MADURA AO CHEIRO VERDE	BANANA
QUINTA-FEIRA	IOGURTE COM FRUTAS (MELÃO/ MAMÃO) E AVEIA	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO ANGU COUVE OU REPOLHO	MAMÃO
SEXTA-FEIRA	PÃO CARECA COM MUSSARELA LEITE COM CAFÉ	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE FRANGO PANACHÊ DE LEGUMES	MELANCIA

35708 2023

Fs. 59
Ass./Mat.



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1 – ENSINO FUNDAMENTAL – FEVEREIRO A ABRIL															
DIAS DA SEMANA	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
		(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET					
Segunda	784,49	30	118,37	15%	28	249,48	32%	106	424,77	54%	238,76	4,41	214,47	43,28	741,53
Terça	778,87	25	100,08	13%	27	239,78	31%	111	445,82	57%	77,02	3,13	202,67	200,59	689,10
Quarta	614,01	24	95,20	16%	12	108,25	18%	106	425,86	69%	67,81	2,81	329,97	100,50	805,29
Quinta	777,09	35	138,01	18%	22	197,13	25%	110	439,32	57%	362,64	3,72	109,99	11,94	1096,39
Sexta	637,93	28	113,59	18%	18	165,70	26%	90	359,55	56%	184,31	2,22	85,44	11,09	901,35
Média semanal	718,48	28	113,05	16%	21	192,07	26%	105	419,07	59%	186,11	3,26	188,51	73,48	846,73

CARDÁPIO 1 – EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS (EJA) – FEVEREIRO A ABRIL															
DIAS DA SEMANA	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
		(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET					
Segunda	1184,27	36	144,60	12%	37	330,91	28%	178	712,45	60%	325,52	6,17	490,99	19,26	1413,63
Terça	870,41	30	121,95	14%	28	253,38	29%	124	497,77	57%	306,08	3,38	357,17	89,71	1254,13
Quarta	1137,75	37	149,35	13%	40	357,69	31%	160	641,03	56%	90,91	5,84	354,83	217,64	3611,17
Quinta	1009,53	46	185,38	18%	24	212,25	21%	153	613,17	61%	263,18	5,82	235,18	49,19	1355,12
Sexta	1080,21	46	182,14	17%	35	315,25	29%	145	578,16	54%	455,51	5,17	274,81	8,84	1390,05
Média semanal	1056,44	39	156,69	15%	33	293,90	28%	152	608,52	58%	288,24	5,28	342,59	76,93	1804,82

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO 2

EDUCAÇÃO INFANTIL PRÉ-ESCOLA – ENSINO FUNDAMENTAL - EJA

FEVEREIRO – ABRIL 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM/LANCHE 7:00 às 7:10h (matutino) 12:20 às 12:30h/16:40 às 16:50 (vespertino) 18:30 às 18:40h (noturno)	ALMOÇO 9:30 às 9:50h (matutino) 14:30 às 14:50h (vespertino) 20:00 às 20:20h (noturno)	SOBREMESA 9:50h (matutino) 14:50h (vespertino) 20:20h (noturno)
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE BATATA COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ	MACARRÃO AO CHEIRO VERDE FEIJÃO MOLHO CARNE MOÍDA	ABACAXI
TERÇA-FEIRA	PÃO DE MILHO COM MANTEIGA SUCO DE GOIABA OU LIMÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE SUÍNA PICADINHA AO VINAGRETE PURÊ DE AIPIM OU BATATA	PERA
QUARTA-FEIRA	BANANA DA TERRA COZIDA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COZIDO OU ASSADO INHAME ENSOPADO VAGEM REFOGADA	MAMÃO
QUINTA-FEIRA	PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA LEITE COM CHOCOLATE	ARROZ FEIJÃO BIFE ROLÊ AO MOLHO TABULE	BANANA
SEXTA-FEIRA	VITAMINA DE MARACUJÁ	ARROZ FEIJÃO ISCA DE FRANGO SALADA DE BATATA AO CHEIRO VERDE	MAÇA

Fs. 60
Ass./Mat. 10

35708 2023



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2 – ENSINO FUNDAMENTAL – FEVEREIRO A ABRIL															
DIAS DA SEMANA	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
		(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET					
Segunda	877,79	25	99,94	11%	30	269,82	31%	128	511,85	58%	236,87	4,09	413,30	15,48	984,13
Terça	659,71	22	87,60	13%	22	193,88	29%	95	379,99	58%	214,14	2,29	251,01	70,04	927,24
Quarta	798,12	20	81,21	10%	27	245,58	31%	121	483,15	61%	57,90	3,60	301,36	211,66	2763,92
Quinta	672,00	29	115,20	17%	16	142,30	21%	104	416,15	62%	225,14	3,34	172,22	34,27	822,50
Sexta	780,56	35	139,33	18%	26	235,89	30%	100	401,20	51%	360,57	3,33	194,64	4,83	961,15
Média semanal	757,63	26	104,66	14%	24	217,49	28%	110	438,47	58%	218,92	3,33	266,50	67,25	1291,79

CARDÁPIO 2 – EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTO (EJA) – FEVEREIRO A ABRIL															
DIAS DA SEMANA	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
		(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET					
Segunda	985,66	41	163,26	17%	33	295,30	30%	134	536,22	54%	318,62	6,41	242,05	45,85	1036,39
Terça	1080,95	42	167,76	16%	35	317,49	29%	150	600,94	56%	119,57	4,88	222,46	209,23	1090,66
Quarta	879,89	34	136,18	15%	17	156,15	18%	152	606,24	69%	103,18	4,59	398,03	121,00	1210,78
Quinta	1561,81	70	281,49	18%	45	401,67	26%	218	871,27	56%	813,27	7,49	191,97	20,79	2463,09
Sexta	800,96	34	137,56	17%	21	190,99	24%	118	473,10	59%	124,07	3,68	41,42	13,52	1201,72
Média semanal	1061,85	44	177,25	17%	30	272,32	25%	154	617,55	59%	295,74	5,41	219,19	82,08	1400,53

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1

ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

FEVEREIRO – ABRIL 2024

	DESJEJUM/LANCHE 7:00 às 7:10h	COLAÇÃO 9:30 às 9:50h	ALMOÇO 11:00 às 12:00h	LANCHE 14:00 às 14:20h
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES FAROFA	BISCOITO DE SAL LEITE QUEIMADO
TERÇA-FEIRA	TAPIOCA COM MANTEIGA OU BATATA DOCE COZIDA VITAMINA DE GOIABA	LARANJA	RISOTO DE PEIXE FEIJÃO SALADA DE TOMATE, CENOURA E REPOLHO OU ALFACE COM TOMATE	PÃO DE BATATA COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ
QUARTA-FEIRA	PÃO DE COCO COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ	BANANA	ARROZ FEIJÃO CARNE SECA ABÓBORA MADURAAO CHEIRO VERDE	VITAMINA DE FRUTAS
QUINTA-FEIRA	IOGURTE COM FRUTAS (MELÃO/ MAMÃO) E AVEIA	MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO ANGU COUVE OU REPOLHO	BOLO DE CHOCOLATE SUCO DE MARACUJÁ
SEXTA-FEIRA	PÃO CARECA COM MUSSARELA SUCO DE ACEROLA	MELANCIA	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE FRANGO PANACHÊ DE LEGUMES	CANJIÇÃO

35708

2023

PROC. _____
Fis. 69
Ass./Mat. _____

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1 – ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL – FEVEREIRO A ABRIL

DIAS DA SEMANA	Energia	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET					
Segunda	877,79	25	99,94	11%	30	269,82	31%	128	511,85	58%	236,87	4,09	413,30	15,48	984,13
Terça	659,71	22	87,60	13%	22	193,88	29%	95	379,99	58%	214,14	2,29	251,01	70,04	927,24
Quarta	798,12	20	81,21	10%	27	245,58	31%	121	483,15	61%	57,90	3,60	301,36	211,66	2763,92
Quinta	672,00	29	115,20	17%	16	142,30	21%	104	416,15	62%	225,14	3,34	172,22	34,27	822,50
Sexta	780,56	35	139,33	18%	26	235,89	30%	100	401,20	51%	360,57	3,33	194,64	4,83	961,15
Média semanal	757,63	26	104,66	14%	24	217,49	28%	110	438,47	58%	218,92	3,33	266,50	67,25	1291,79

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2

ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

FEVEREIRO – ABRIL 2024

	DESJEJUM/LANCHE 7:00 às 7:10h	COLAÇÃO 9:30 às 9:50h	ALMOÇO 11:00 às 12:00h	LANCHE 14:00 às 14:20h
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE BATATA COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ	ABACAXI	MACARRÃO AO CHEIRO VERDE FEIJÃO MOLHO CARNE MOÍDA	
TERÇA-FEIRA	PÃO DE MILHO COM MANTEIGA SUCO DE GOIABA OU LIMÃO	PERA	ARROZ FEIJÃO CARNE SUÍNA PICADINHA AO VINAGRETE PURÉ DE AIPIM OU BATATA	
QUARTA-FEIRA	BANANA DA TERRA COZIDA	MAMÃO	ARROZ FEIJÃO FRANGO COZIDO OU ASSADO INHAME ENSOPADO VAGEM REFOGADA	
QUINTA-FEIRA	PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA LEITE COM CHOCOLATE	BANANA	ARROZ FEIJÃO BIFE ROLÉ AO MOLHO TABULE	
SEXTA-FEIRA	VITAMINA DE MARACUJÁ	MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO ISCA DE FRANGO SALADA DE BATATA AO CHEIRO VERDE	

Proc. _____
Fs. 62
Ass./Mat. _____

35708 2023

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2 – EENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL – FEVEREIRO A ABRIL																
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína			Lípidios			Carboidratos			Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C	Sódio
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	(mg)	
Segunda	985,66	41	163,26	17%	33	295,30	30%	134	536,22	54%	318,62	6,41	242,05	45,85	1036,39	
Terça	1080,95	42	167,76	16%	35	317,49	29%	150	600,94	56%	119,57	4,88	222,46	209,23	1090,66	
Quarta	879,89	34	136,18	15%	17	156,15	18%	152	606,24	69%	103,18	4,59	398,03	121,00	1210,78	
Quinta	1561,81	70	281,49	18%	45	401,67	26%	218	871,27	56%	813,27	7,49	191,97	20,79	2463,09	
Sexta	800,96	34	137,56	17%	21	190,99	24%	118	473,10	59%	124,07	3,68	41,42	13,52	1201,72	
Média semanal	1061,85	44	177,25	17%	30	272,32	25%	154	617,55	59%	295,74	5,41	219,19	82,08	1400,53	

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



Proc. _____
Fis. 63
Ass./Mat. 4

PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO

35708 2023

ESQUEMA DE UTILIZAÇÃO DOS CARDÁPIOS

MAIO A AGOSTO 2024

DIAS	CARDÁPIOS
06 a 10 de Maio	Cardápio 1
13 a 17 de Maio	Cardápio 2
20 a 24 de Maio	Cardápio 1
27 a 31 de Maio	Cardápio 2
03 a 07 de Junho	Cardápio 1
10 a 14 de Junho	Cardápio 2
17 a 21 de Junho	Cardápio 1
24 a 28 de Junho	Cardápio 2
01 a 05 de Julho	Cardápio 1
08 a 12 de Julho	Cardápio 2
15 a 19 de Julho	Cardápio 1
22 a 26 de Julho	Cardápio 2
29 de Julho a 02 de Agosto	Cardápio 1
05 a 09 de Agosto	Cardápio 2
12 a 16 de Agosto	Cardápio 1
19 a 23 de Agosto	Cardápio 2
26 a 30 de Agosto	Cardápio 1


FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS
NUTRICIONISTA – RESPONSÁVEL TÉCNICO
CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE BERÇÁRIO

MAIO - AGOSTO 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA-FEIRA	MINGAU DE AVEIA ADOÇADO COM MAMÃO	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES E CARNE MOÍDA CALDO DE FEIJÃO	SUCO DE MELANCIA	CANJQUINHA COM FRANGO E LEGUMES CALDO DE FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	MAMADEIRA DE MUCILAGEM ADOÇADA COM BANANA	PAPINHA DE LEGUMES COM CARNE DESFIADA CALDO DE FEIJÃO	MINGAU DE AVEIA ADOÇADO COM MAÇÃ	PURÊ DE BATATA OU AIPIM MOLHO DE MOELA PICADINHA CALDO DE FEIJÃO
QUARTA-FEIRA	MINGAU DE MAISENA ADOÇADO COM CENOURA COZIDA	ARROZ PAPA CALDO DE FEIJÃO VACA ATOLADA	MAMÃO AMASSADO	CALDO DE ERVILHA OU BATATA OU AIPIM COM CARNE SUÍNA DESMIADA CALDO DE FEIJÃO
QUINTA-FEIRA	MAMADEIRA DE CREME DE ARROZ ADOÇADA COM BATATA DOCE OU MAÇÃ	ARROZ PAPA CALDO DE FEIJÃO MOQUECA DE PEIXE OU BOBÓ DE PEIXE	BANANA AMASSADA	MACARRÃO ENSOPADO COM LEGUMES OVO MEXIDO CALDO DE FEIJÃO
SEXTA-FEIRA	MAMADEIRA DE AVEIA ADOÇADA COM BANANA	PAPINHA DE LEGUMES COM FRANGO CALDO DE FEIJÃO	SALADA DE FRUTAS AMASSADAS COM IOGURTE	SOPA DE FUBA COM LEGUMES E CARNE COZIDA CALDO DE FEIJÃO

OBS: todos os alimentos devem ser cozidos com pouca água até ficarem bem macios. Para crianças menores de 8 meses amassar os alimentos com garfo, para os maiores não há necessidade de amassá-los. Não liquidificar e não passar na peneira os alimentos.

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112

35708 2023
Fis. 64
Ass./Mat. 8



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1 – EDUCAÇÃO INFANTIL BERÇÁRIO - MAIO A AGOSTO																
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C
	(Kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)	
Segunda	648,18	34	136,06	21%	19	174,16	27%	86	344,58	53%	1025,09	289,82	3,99	231,91	29,16	
Terça	609,01	27	109,11	18%	22	196,76	32%	77	307,84	51%	1256,12	487,44	7,82	262,25	44,16	
Quarta	675,32	32	127,88	19%	19	168,88	25%	95	380,67	56%	1300,98	298,28	4,12	223,90	115,33	
Quinta	853,87	32	127,27	15%	19	173,49	20%	140	560,70	66%	1326,12	306,03	4,18	186,60	30,79	
Sexta	530,65	29	114,40	22%	15	132,48	25%	72	289,52	55%	869,66	259,21	3,98	143,64	15,98	
Média semanal	663,40	31	122,94	19%	19	169,16	26%	94	376,66	56%	1155,60	328,16	4,82	209,66	47,08	

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE BERÇÁRIO

MAIO A AGOSTO 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA-FEIRA	MAMADEIRA DE CREME DE ARROZ ADOÇADA COM BANANA	CANJQUINHA COM LEGUMES E CARNE SUÍNA DESFIADE CALDO DE FEIJÃO	BISCOITO POLVILHO SUCO DE MELÃO	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES CALDO DE FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	MAMADEIRA DE MUCILAGEM ADOÇADA COM CENOURA COZIDA	PURÊ DE AIPIM OU BATATA CALDO DE FEIJÃO MOLHO FRANGO DESFIADE	CANJICÃO AMASSADO	ANGU MOLHO CARNE MOÍDA CALDO DE FEIJÃO
QUARTA-FEIRA	MINGAU DE AVEIA ADOÇADO COM MAÇÃ	PURÊ DE INHAME CALDO DE FEIJÃO MOLHO DE CARNE MOÍDA	SUCO DE MAMÃO COM MARACUJÁ	CANJA DE LEGUMES COM FRANGO DESFIADO CALDO DE FEIJÃO
QUINTA-FEIRA	VITAMINA DE FRUTAS	ANGU CALDO DE FEIJÃO FRANGO DESFIADO ENSOPADO COM LEGUMES	SUCO DE LARANJA	SOPA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA CALDO DE FEIJÃO
SEXTA-FEIRA	MINGAU DE FUBÁ	PAPINHA DE LEGUMES (BATATA, ABÓBORA, CHUCHU) CALDO DE FEIJÃO MOLHO DE CARNE MOÍDA	PERA RASPADA	CALDO DE LEGUMES (BATATA OU AIPIM E CENOURA OU ABÓBORA) COM FRANGO DESFIADE CALDO DE FEIJÃO

OBS: todos os alimentos devem ser cozidos com pouca água até ficarem bem macios. Para crianças menores de 8 meses amassar os alimentos com garfo, para os maiores não há necessidade de amassá-los. Não liquidificar e não passar na peneira os alimentos.

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS - NUTRICIONISTA - RT - CRN4 08100112

35708 2023

PROC. 65
F. s. 4
A. /Mat. 4



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2 – EDUCAÇÃO INFANTIL BERÇÁRIO - MAIO A AGOSTO

DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína		Lipídeos		Carboidratos		Sódio (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
	(Kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	% VET	(g)	% VET					
Segunda	738,35	34	135,80	18%	27	33%	91	49%	1346,03	272,21	3,59	7715,37	23,04
Terça	666,46	33	133,43	20%	20	27%	89	53%	1266,19	370,12	6,96	2459,56	36,14
Quarta	580,46	30	120,27	21%	19	30%	73	50%	1330,09	312,38	4,10	201,61	25,78
Quinta	724,70	36	145,90	20%	16	20%	109	60%	1027,46	290,21	3,68	208,30	89,45
Sexta	453,74	24	96,76	21%	11	22%	66	58%	1120,94	58,16	3,52	56,24	23,79
Média semanal	632,74	32	126,43	20%	19	27%	86	54%	1218,14	260,61	4,37	2128,22	39,64

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
CARDÁPIO 1

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE MATERNA

MAIO - AGOSTO 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	SOBREMESA 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE BATATA COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES E CARNE MOIDA FEIJÃO	MAÇÃ	SEQUILHO SUCO DE ABACAXI	CANJQUINHA COM FRANGO E LEGUMES FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	PÃO DE LEITE COM MUSSARELA SUCO DE ACEROLA	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE FRANGO SALADA COZIDA DE BATATA, CENOURA E ATUM	MELANCIA	MINGAU DE AVEIA ADOÇADO COM MAMÃO	PURÊ DE BATATA OU AIPIM MOLHO DE MOELA FEIJÃO
QUARTA-FEIRA	TAPIOCA OU BANANA DA TERRA COZIDA LEITE COM CHOCOLATE	ARROZ FEIJÃO VACA ATOLADA COUVE OU VAGEM REFOGADA	ABACAXI	ARROZ DOCE COM CENOURA	CALDO DE AIPIM OU BATATA OU ERVILHA COM CARNE SUÍNA FEIJÃO
QUINTA-FEIRA	IOGURTE COM FRUTAS	ARROZ FEIJÃO MOQUECA DE PEIXE OU BOBÓ DE PEIXE SALADA DE ALFACE OU REPOLHO E TOMATE	BANANA	VITAMINA DE FRUTAS	MACARRÃO AO CHEIRO VERDE OVO COZIDO FEIJÃO
SEXTA-FEIRA	PÃO DE COCO COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO INHAME SOUTE	MAMÃO	SALADA DE FRUTAS COM AVEIA	SOPA DE FUBA COM LEGUMES E CARNE COZIDA FEIJÃO

05/08 2023

Proc. _____

F.s. 66

Ass./Mat. _____

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1 – EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE - MAIO A AGOSTO															
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína			Lipídeos			Carboidratos		Sódio	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)
Segunda	846,39	33	133,95	16%	28	255,64	30%	119	474,47	56%	1126,20	298,42	4,92	217,18	30,13
Terça	760,99	32	127,49	17%	21	192,73	25%	112	447,66	59%	1431,95	319,50	5,38	276,55	146,97
Quarta	900,03	38	152,09	17%	22	199,38	22%	142	569,45	63%	1307,17	373,64	4,82	3032,42	76,84
Quinta	920,12	36	143,66	16%	23	210,13	23%	144	575,19	63%	1580,66	389,32	4,55	309,01	44,42
Sexta	821,42	32	126,78	15%	23	209,02	25%	124	497,40	61%	1373,70	276,58	5,03	258,28	95,90
Média semanal	849,79	34	136,80	16%	24	213,38	25%	128	512,83	60%	1363,94	331,49	4,94	818,69	78,85

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE MATERNAL

MAIO A AGOSTO 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	SOBREMESA 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA- FEIRA	PÃO CARECA COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	CANJQUINHA COM CARNE SUÍNA PICADINHA, COUVE E LEGUMES FEIJÃO	MELÃO	BISCOITO POLVILHO CHOCOLATE QUENTE	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	PÃO DE MILHO COM MANTEIGA OU MILHO VERDE COZIDO LEITE COM CAFÉ BATATA DOCE OU AIPIM COZIDO COM MANTEIGA LEITE QUEIMADO OU ARROZ DOCE	ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO COM LEGUMES ANGU	LARANJA	CANJICÃO COM MAÇÃ	ANGU MOLHO CARNE MOIDA FEIJÃO
QUARTA- FEIRA	BATATA DOCE OU AIPIM COZIDO COM MANTEIGA LEITE QUEIMADO OU ARROZ DOCE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA REFOGADA ABOBORA AO CHEIRO VERDE SALADA DE REPOLHO E TOMATE	SALADA DE FRUTAS	BISCOITO DOCE SUCO DE MAMÃO COM MARACUJÁ	CANJA DE LEGUMES COM FRANGO DESFIAO FEIJÃO
QUINTA- FEIRA	PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA LEITE COM CAFÉ	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO TABULE	BANANA PRATA	IOGURTE	CALDO DE LEGUMES (BATATA OU AIPIM E CENOURA OU ABÓBORA) COM FRANGO DESFIADO
SEXTA-FEIRA	MINGAU DE FUBÁ OU CANJICÃO COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO TROPEIRO (charque, legumes, ovo cozido, banana da terra e couve) ISCA DE FRANGO ACEBOLADA VINAGRETE	PERA	MINGAU DE CHOCOLATE	SOPA DE LEGUMES COM CARNE MOIDA FEIJÃO

Proc.

33708 2023

F.s.

67

Ass./Mat.

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2 – EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE - MAIO A AGOSTO															
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína			Lipídeos			Carboidratos		Sódio	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C
	(Kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)
Segunda	898,43	36	145,32	16%	24	219,05	24%	135	538,32	60%	1293,81	274,00	5,34	280,08	204,95
Terça	945,52	36	144,75	15%	28	248,94	26%	143	570,63	60%	2031,95	298,57	5,05	490,21	40,72
Quarta	880,72	38	153,77	17%	25	229,34	26%	127	507,53	58%	3018,18	255,33	4,67	179,63	83,75
Quinta	947,53	40	160,51	17%	24	214,00	23%	147	588,60	62%	1668,73	457,82	5,10	179,72	31,31
Sexta	893,01	36	145,41	16%	26	237,33	27%	132	526,74	59%	2225,82	325,02	4,30	393,51	41,19
Média semanal	913,04	37	149,95	16%	26	229,73	25%	137	546,36	60%	2047,70	322,15	4,89	304,63	80,38

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112

38108 SCS



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1

EDUCAÇÃO INFANTIL PRÉ-ESCOLA – ENSINO FUNDAMENTAL- EJA		MAIO - AGOSTO 2024
DIA/HORÁRIO	DESJEJUM/LANCHE 7:00 às 7:10h (matutino) 12:20 às 12:30h/16:40 às 16:50 (vespertino) 18:30 às 18:40h (noturno)	ALMOÇO 9:30 às 9:50h (matutino) 14:30 às 14:50h (vespertino) 20:00 (noturno) SOPREMESSA 9:50h (matutino) 14:50h (vespertino) 20:15 (noturno)
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE BATATA COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ	MAÇÃ
TERÇA-FEIRA	PÃO DE LEITE COM MUSSARELA SUCO DE ACEROLA	MELANCIA
QUARTA-FEIRA	TAPIOCA OU BANANA DA TERRA COZIDA LEITE COM CHOCOLATE	ABACAXI
QUINTA-FEIRA	IOGURTE COM FRUTAS	BANANA
SEXTA-FEIRA	PÃO DE COCO COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ	MAMÃO

Proc. _____

F.s. 68

Ass./Mat. A

35708 2023

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1 – EDUCAÇÃO INFANTIL/ENSINO FUNDAMENTAL - MAIO A AGOSTO 2024															
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína		Lípidios		Carboidratos		Sódio		Ferro		Retinol		
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)	
Segunda	639,80	18	70,09	11%	25	221,21	35%	90	360,01	56%	641,54	217,49	3,35	351,20	5,73
Terça	730,85	34	135,21	19%	20	183,33	25%	103	411,87	56%	979,68	208,67	3,39	299,70	200,59
Quarta	747,92	27	107,46	14%	16	144,50	19%	128	513,19	69%	894,23	262,83	3,43	472,34	83,30
Quinta	696,86	24	96,20	14%	15	136,15	20%	119	475,67	68%	878,59	222,51	2,68	135,35	42,00
Sexta	852,51	25	98,23	11%	31	276,19	32%	124	494,80	57%	1102,27	271,41	3,58	304,82	84,25
Média semanal	735,59	25	101,44	14%	21	192,28	26%	113	451,11	61%	899,26	236,58	3,28	312,68	83,17

CARDÁPIO 1 – EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS - MAIO A AGOSTO 2024															
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína		Lípidios		Carboidratos		Sódio		Ferro		Retinol		
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)	
Segunda	852,23	30	118,20	14%	30	266,23	31%	120	481,54	57%	862,87	294,58	5,67	446,72	8,88
Terça	1044,02	48	190,86	18%	26	237,00	23%	154	616,64	59%	1333,22	273,37	5,58	432,12	301,47
Quarta	1085,23	46	184,95	17%	24	212,75	20%	177	706,07	65%	1253,74	359,93	5,97	601,33	103,34
Quinta	946,97	39	155,42	16%	19	171,45	18%	158	631,39	67%	1134,38	264,85	4,39	246,47	54,87
Sexta	1172,69	44	175,87	15%	34	308,08	26%	172	688,38	59%	1840,99	359,01	5,05	307,32	101,90
Média semanal	1020,23	41	165,06	16%	27	239,10	24%	156	624,81	61%	1285,04	310,35	5,33	406,79	114,09



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2

EDUCAÇÃO INFANTIL PRÉ-ESCOLA – ENSINO FUNDAMENTAL - EJA

MAIO A AGOSTO 2024

DIA	DESJEJUM/LANCHE 7:00 às 7:10h (matutino) 12:20 às 12:30h/16:40 às 16:50 (vespertino) 18:30 às 18:40h (noturno)	ALMOÇO 9:30 às 9:50h (matutino) 14:30 às 14:50h (vespertino) 20:00 (noturno)	SOBREMESA 9:50h (matutino) 14:50h (vespertino) 20:15 (noturno)
SEGUNDA-FEIRA	PÃO CARECA COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	CANJQUINHA COM CARNE SUJINA PICADINHA, COUVE E LEGUMES FEIJÃO	MELÃO
TERÇA-FEIRA	PÃO DE MILHO COM MANTEIGA OU MILHO VERDE COZIDO LEITE COM CAFÉ	FRANGO ENSOPADO COM LEGUMES ANGU	LARANJA
QUARTA-FEIRA	BATATA DOCE OU AIPIM COZIDO COM MANTEIGA LEITE QUEIMADO OU ARROZ DOCE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA REFOGADA ABOBORA AO CHEIRO VERDE SALADA DE REPOLHO E TOMATE	SALADA DE FRUTAS
QUINTA-FEIRA	PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA CAFÉ	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO TABULE	BANANA PRATA
SEXTA-FEIRA	MINGAU DE FUBÁ OU CANJICÃO	ARROZ FEIJÃO TROPEIRO (charque, legumes, ovo cozido, banana da terra e couve) ISCA DE FRANGO ACEBOLADA VINAGRETE	PERA

Proc. _____

F.s. 69

A.s./Mat. _____

35708 2023



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2 - EDUCAÇÃO INFANTIL/ENSINO FUNDAMENTAL - MAIO A AGOSTO 2024															
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína			Lipídeos			Carboidratos		Sódio	Calcio	Ferro	Retinol	Vit. C
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)
Segunda	605,10	23	91,15	15%	28	249,25	41%	68	273,92	45%	716,81	244,94	3,25	473,42	27,90
Terça	846,01	32	126,68	15%	30	269,48	32%	113	451,76	53%	800,76	237,22	3,88	285,50	59,67
Quarta	744,95	28	110,55	15%	18	161,98	22%	118	470,05	63%	896,18	158,93	3,75	313,56	28,86
Quinta	751,69	31	124,89	17%	17	152,29	20%	121	482,82	64%	975,78	198,71	3,93	67,94	33,52
Sexta	812,31	34	134,96	17%	20	179,16	22%	125	499,04	61%	1835,44	166,78	2,83	4789,32	17,14
Média semanal	752,01	29	117,65	16%	22	202,43	27%	109	435,52	57%	1044,99	201,32	3,53	1185,95	33,42

CARDÁPIO 2 - EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS - MAIO A AGOSTO 2024															
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína			Lipídeos			Carboidratos		Sódio	Calcio	Ferro	Retinol	Vit. C
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)
Segunda	751,64	31	122,63	16%	32	285,54	38%	89	354,45	47%	968,90	311,84	4,91	597,09	27,61
Terça	1267,68	43	173,01	14%	38	338,80	27%	191	762,19	60%	1344,29	310,16	6,02	304,39	70,42
Quarta	998,59	40	158,14	16%	20	180,62	18%	164	656,36	66%	1288,27	186,94	5,25	289,30	49,91
Quinta	1497,50	66	262,56	18%	38	342,17	23%	224	895,43	60%	2304,26	595,23	7,64	126,78	42,37
Sexta	1064,94	42	169,34	16%	23	208,43	20%	171	684,63	64%	1990,81	199,40	4,14	7125,94	23,99
Média semanal	1116,07	44	177,14	16%	30	271,11	25%	168	670,61	59%	1579,30	320,72	5,59	1688,70	42,86



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1
ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

MAIO - AGOSTO 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:00 às 7:10h	COLAÇÃO 9:30 às 9:50h	ALMOÇO 11:30 às 11:50h	LANCHE 14:00h
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE BATATA COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ	MAÇÃ	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES E CARNE MOÍDA FEIJÃO	BISCOITO DE SAL SUCO DE ABACAXI
TERÇA-FEIRA	PÃO DE LEITE COM MUSSARELA SUCO DE ACEROLA	MELANCIA	ARROZ FEIJÃO PICADINHO DE FRANGO SALADA COZIDA DE BATATA, CENOURA E ATUM	MINGAU DE CHOCOLATE
QUARTA-FEIRA	TAPIOCA OU BANANA DA TERRA COZIDA LEITE COM CHOCOLATE	ABACAXI	ARROZ FEIJÃO VACA ATOLADA COUVE OU VAGEM REFOGADA	ARROZ DOCE
QUINTA-FEIRA	IOGURTE COM FRUTAS	BANANA	ARROZ FEIJÃO MOQUECA DE PEIXE OU BOBÓ DE PEIXE SALADA DE ALFACE OU REPOLHO E TOMATE	LEITE QUEIMADO
SEXTA-FEIRA	PÃO DE COCO COM MANTEIGA LEITE COM CAFÉ	MAMÃO	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO INHAME SOUTE	SALADA DE FRUTAS COM #

35708

2023

Proc.

Fs.

Ass./M

70



FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
 SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1 - ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - MAIO A AGOSTO 2024																
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína			Lípidios			Carboidratos			Sódio (mg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET						
Segunda	865,67	22	87,34	10%	30	273,52	32%	131	524,63	61%	983,28	232,98	4,32	351,89	16,12	
Terça	880,51	39	154,76	18%	26	231,97	26%	123	493,80	56%	1108,66	391,35	3,59	378,38	200,60	
Quarta	961,85	31	125,17	13%	19	174,26	18%	170	679,56	71%	958,23	373,23	3,68	522,04	83,30	
Quinta	871,73	29	114,04	13%	20	179,89	21%	148	590,88	68%	974,29	386,02	2,83	209,90	42,00	
Sexta	981,35	28	111,99	11%	32	291,83	30%	147	589,76	60%	1105,75	289,10	4,67	357,14	108,25	
Média semanal	912,22	30	118,66	13%	26	230,29	25%	144	575,72	63%	1026,04	334,54	3,82	363,87	90,05	

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
 SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2
ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

	MAIO - AGOSTO 2024		
DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:00 às 7:10h	COLAÇÃO 9:30 às 9:50h	ALMOÇO 11:30 às 11:50h
SEGUNDA-FEIRA	PÃO CARECA COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	MELÃO	CANJQUINHA COM CARNE SUINA PICADINHA, COUVE E LEGUMES FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	PÃO DE MILHO COM MANTEIGA OU MILHO VERDE COZIDO LEITE COM CAFÉ	LARANJA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ENSOPADO COM LEGUMES ANGU
QUARTA-FEIRA	BATATA DOCE OU AIPIM COZIDO COM MANTEIGA LEITE QUEIMADO OU ARROZ DOCE	SALADA DE FRUTAS	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA REFOGADA ABOBORA AO CHEIRO VERDE SALADA DE REPOLHO E TOMATE
QUINTA-FEIRA	PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA CAFÉ	BANANA PRATA	ARROZ FEIJÃO CARNE AO MOLHO TABULE
SEXTA-FEIRA	MINGAU DE FUBÁ OU CANJIÇÃO	PERA	ARROZ FEIJÃO TROPEIRO (charque, legumes, ovo cozido, banana da terra e couve) ISCA DE FRANGO ACEBOLADA VINAGRETE
			LANCHE 14:00h
			LEITE QUEIMADO
			IOGURTE
			BISCOITO DOCE SUCO DE MARACUJÁ
			CHOCOLATE QUENTE
			VITAMINA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, LARANJA, MAÇÃ)

Proc. 35708 2023

Fis. 71
At. 12

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100/12



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2 - ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL - MAIO A AGOSTO 2024															
DIAS DA SEMANA	Energia	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)
Segunda	779,97	27	108,99	14%	33	292,99	38%	97	389,13	50%	812,51	408,46	3,40	547,97	27,90
Terça	950,36	36	142,94	15%	33	300,94	32%	127	509,92	54%	857,76	388,77	3,88	326,04	59,67
Quarta	972,39	31	124,57	13%	23	205,53	21%	160	641,78	66%	1039,42	182,85	4,56	336,96	33,52
Quinta	901,35	36	144,44	16%	22	200,93	22%	141	564,75	63%	1104,76	381,40	4,12	146,62	33,53
Sexta	970,64	39	154,86	16%	25	226,00	23%	148	593,61	61%	1937,65	343,35	3,05	4880,44	27,36
Média semanal	914,94	34	135,16	15%	27	245,28	27%	135	539,84	59%	1150,42	340,96	3,80	1247,60	36,40

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



35708 2023

Proc. _____

F.s. 72

Ass./Mat. # _____

**PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO**

ESQUEMA DE UTILIZAÇÃO DOS CARDÁPIOS

SETEMBRO A DEZEMBRO 2024

DIAS	CARDÁPIOS
02 a 06 de Setembro	Cardápio 1
09 a 13 de Setembro	Cardápio 2
16 a 20 de Setembro	Cardápio 1
23 a 27 de Setembro	Cardápio 2
30 de Setembro a 04 de Outubro	Cardápio 1
07 a 11 de Outubro	Cardápio 2
14 a 18 de Outubro	Cardápio 1
21 a 25 de Outubro	Cardápio 2
29 de Outubro a 01 de Novembro	Cardápio 1
04 a 08 de Novembro	Cardápio 2
11 a 15 de Novembro	Cardápio 1
18 a 22 de Novembro	Cardápio 2
25 a 29 de Novembro	Cardápio 1
02 a 06 de Dezembro	Cardápio 2
09 a 13 de Dezembro	Cardápio 1
16 a 20 de Dezembro	Cardápio 2


FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS
NUTRICIONISTA – RESPONSÁVEL TÉCNICO
CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE BERÇÁRIO

SETEMBRO A DEZEMBRO 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA-FEIRA	VITAMINA DE MAMÃO	ANGU CALDO DE FEIJÃO MOLHO CARNE MOÍDA COM LEGUMES	PERA RASPADA	RISOTO PAPA DE OVO MEXIDO COM LEGUMES CALDO DE FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	VITAMINA DE MARACUJÁ	PAPINHA DE LEGUMES (INHAME, CENOURA, CHUCHU) COM FRANGO DESFIADO CALDO DE FEIJÃO	BISCOITO DE MAISENA SUCO DE ABACAXI	CALDO DE INHAME COM CARNE MOÍDA CALDO DE FEIJÃO
QUARTA-FEIRA	MAMADEIRA DE MUCILAGEM	PAPINHA DE LEGUMES (BATATA, ABÓBORA, VAGEM) COM CARNE DESFIADA CALDO DE FEIJÃO	MAMÃO AMASSADO	CANJQUINHA COM LEGUMES E FRANGO DESFIADO CALDO DE FEIJÃO
QUINTA-FEIRA	MAMADEIRA DE LEITE COM IOGURTE	PURÊ DE INHAME CALDO DE FEIJÃO CARNE SUÍNA DESFIADA COM CENOURA E CHUCHU	BANANA COZIDA	ANGU MOLHO DE CARNE MOÍDA CALDO DE FEIJÃO
SEXTA-FEIRA	MAMADEIRA DE BISCOITO	PURÊ DE AIPIM OU BATATA CALDO DE FEIJÃO FRANGO DESFIADO AO MOLHO	BISCOITO DOCE SUCO DE MELANCIA	SOPA DE LEGUMES COM FRANGO CALDO DE FEIJÃO

OBS: todos os alimentos devem ser cozidos com pouca água até ficarem bem macios. Para crianças menores de 8 meses amassar os alimentos com garfo, para os maiores não há necessidade de amassá-los. Não liquidificar e não passar na peneira os alimentos.

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112

35708

2023

Proc. F s. 73

A. /Mat.



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DIAS DA SEMANA	CARDÁPIO 1 – EDUCAÇÃO INFANTIL BERÇÁRIO - SETEMBRO A DEZEMBRO														
	Energia		Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio	Cálcio	Ferro	Retinol
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)	(mg)
Segunda	648,18	34	136,06	21%	19	174,16	27%	86	344,58	53%	1025,09	289,82	3,99	231,91	29,16
Terça	609,01	27	109,11	18%	22	196,76	32%	77	307,84	51%	1256,12	487,44	7,82	262,25	44,16
Quarta	675,32	32	127,88	19%	19	168,88	25%	95	380,67	56%	1300,98	298,28	4,12	223,90	115,33
Quinta	853,87	32	127,27	15%	19	173,49	20%	140	560,70	66%	1326,12	306,03	4,18	186,60	30,79
Sexta	530,65	29	114,40	22%	15	132,48	25%	72	289,52	55%	869,66	259,21	3,98	143,64	15,98
Média semanal	663,40	31	122,94	19%	19	169,16	26%	94	376,66	56%	1155,60	328,16	4,82	209,66	47,08

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE BERÇÁRIO		SETEMBRO – DEZEMBRO 2024		
DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA-FEIRA	VITAMINA DE MAMÃO	MACARRÃO ENSOPADO CALDO DE FEIJÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO	BISCOITO DE MAISENA SUCO DE LARANJA	VACA ATOLADA COM LEGUMES CALDO DE FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	MAMADEIRA DE MUCILAGEM ADOÇADA COM FRUTA	ANGU MOLHO DE FRANGO DESFIAO CALDO DE FEIJÃO	BANANA RASPADA	PURÊ DE AIPIM OU BATATA MOLHO DE CARNE MOÍDA CALDO DE FEIJÃO
QUARTA-FEIRA	VITAMINA DE FRUTAS	SOPA DE LEGUMES E FRANGO DESFIAO CALDO DE FEIJÃO	BISCOITO CREAM CRACKER SUCO DE MELÃO	MACARRÃO ENSOPADO MOLHO DE FRANGO DESFIAO TUTU
QUINTA-FEIRA	MAMADEIRA DE MUCILAGEM ADOÇADA COM CENOURA COZIDA	PAPINHA DE LEGUMES CALDO DE FEIJÃO PEIXE REFOGADO	MAÇÃ RASPADA	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES E FRANGO CALDO DE FEIJÃO
SEXTA-FEIRA	VITAMINA DE BANANA	PAPINHA DE LEGUMES (INHAME, CENOURA, CHUCHU) COM CARNE DESFIAO CALDO DE FEIJÃO	VITAMINA DE MARACUJÁ COM MAMÃO	ANGU MOLHO DE FRANGO DESFIAO CALDO DE FEIJÃO

OBS: todos os alimentos devem ser cozidos com pouca água até ficarem bem macios. Para crianças menores de 8 meses amassar os alimentos com garfo, para os maiores não há necessidade de amassá-los. Não liquidificar e não passar na peneira os alimentos.

35708 2023

Proc. Fs. 74
Dt. 11/09/2023



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína		Lipídeos		Carboidratos		Sódio	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C		
	(Kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	
Segunda	738,35	34	135,80	18%	27	244,69	33%	91	365,33	49%	1346,03	272,21	3,59	7715,37	23,04
Terça	666,46	33	133,43	20%	20	179,87	27%	89	355,72	53%	1266,19	370,12	6,96	2459,56	36,14
Quarta	580,46	30	120,27	21%	19	173,30	30%	73	291,02	50%	1330,09	312,38	4,10	201,61	25,78
Quinta	724,70	36	145,90	20%	16	148,21	20%	109	434,47	60%	1027,46	290,21	3,68	208,30	89,45
Sexta	453,74	24	96,76	21%	11	100,92	22%	66	265,20	58%	1120,94	58,16	3,52	56,24	23,79
Média semanal	632,74	32	126,43	20%	19	169,40	27%	86	342,35	54%	1218,14	260,61	4,37	2128,22	39,64

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE MATERNA

SETEMBRO A DEZEMBRO 2024

	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	SOBREMESA 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES REPOLHO REFOGADO	PERA	VITAMINA DE MARACUJÁ	RISOTO DE OVO MEXIDO COM LEGUMES FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	PÃO CARECA COM MANTEIGA LEITE COM FRUTAS	ARROZ FEIJÃO FILÉ DE FRANGO ACEBOLADO PANACHÊ DE LEGUMES (BATATA, CENOURA, CHUCHU E VAGEM)	ABACAXI	IOGURTE COM FRUTAS (MAMÃO/MELÃO)	CALDO DE INHAME COM CARNE MOÍDA FEIJÃO
QUARTA-FEIRA	VITAMINA DE BANANA	ARROZ FEIJÃO ISCA DE CARNE SALADA DE ALFACE OU REPOLHO E TOMATE	MAMÃO	BISCOITO DOCE SUCO DE MELANCIA	CANJQUINHA COM LEGUMES E FRANGO FEIJÃO
QUINTA-FEIRA	PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA SUCO DE MARACUJÁ OU MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE SUÍNA ENSOPADA COM INHAME COUVE OU VAGEM REFOGADA	BANANA COZIDA	VITAMINA DE FRUTAS	ANGU MOLHO DE CARNE MOÍDA FEIJÃO
SEXTA-FEIRA	TAPIOCA OU BATATA DOCE COZIDA OU AIPIM COZIDO SUCO DE ABACAXI	ARROZ FRANGO AO VINAGRETE FEIJÃO TROPEIRO	MELANCIA	BISCOITO DE SAL SUCO DE MARACUJÁ	SOPA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA FEIJÃO

35708

2024

Proc. F. s. 75

Mat.

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DIAS DA SEMANA	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
		(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET					
Segunda	856,65	33	130,14	15%	25	227,30	27%	126	503,31	59%	376,80	4,25	267,26	7,93	910,66
Terça	833,24	28	113,45	14%	25	227,16	27%	125	501,26	60%	319,83	4,70	211,78	10,02	924,92
Quarta	879,93	35	141,01	16%	24	217,87	25%	134	536,19	61%	230,33	4,53	336,26	550,58	1137,25
Quinta	1070,70	29	114,00	11%	29	260,14	24%	181	723,26	68%	220,52	5,48	459,09	51,46	1022,11
Sexta	799,14	29	114,40	14%	12	107,47	13%	147	589,28	74%	89,77	3,92	1652,88	53,52	1028,91
Média semanal	887,93	31	122,60	14%	23	207,99	23%	143	570,66	64%	247,45	4,58	585,45	134,70	1004,77

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2

EDUCAÇÃO INFANTIL CRECHE MATERNA

SETEMBRO – DEZEMBRO 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:30 às 7:50h	ALMOÇO 10:00 às 10:30h	SOBREMESA 10:30h	LANCHE 13:00 às 13:30h	JANTAR 15:00 às 15:30h
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE BATATA COM MANTEIGA SUCO DE MELÃO	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO TUTU ALMÔNDEGAS AO MOLHO	LARANJA	ARROZ DOCE ADOÇADO COM CENOURA	ARROZ VACA ATOLADA COM LEGUMES FEIJÃO
TERÇA-FEIRA	VITAMINA DE MARACUJÁ	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO ANGU	BANANA	BISCOITO DE SAL SUCO DE MELANCIA	PURÉ DE AIPIM OU BATATA MOLHO DE CARNE MOÍDA FEIJÃO
QUARTA-FEIRA	PÃO DE COCO COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA ACEBOLADA PURÉ DE ABÓBORA	MELÃO	SALADA DE FRUTAS	MACARRÃO AO CHEIRO VERDE MOLHO DE FRANGO DESFIADO TUTU
QUINTA-FEIRA	IOGURTE COM FRUTAS (MAMÃO/MELÃO)	ARROZ FEIJÃO PEIXE DESFIADO PIRÃO	MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE	SOPA DE MACARRÃO COM LEGUMES E FRANGO FEIJÃO
SEXTA-FEIRA	PÃO DE MILHO COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE FAROFA	MAMÃO	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ E MAMÃO)	ANGU MOLHO DE FRANGO DESFIADO FEIJÃO

35708 2023

Proc.

Fis. 76
Ass./Mat.

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína		Lipídeos		Carboidratos		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)	
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	Kcal	% VET	(g)	Kcal						% VET
Segunda	812,17	28	111,20	14%	168,76	21%	134	537,58	66%	129,71	4,60	254,73	501,25	799,48
Terça	832,05	30	121,15	15%	156,22	19%	143	571,45	69%	188,59	4,50	241,05	496,30	973,48
Quarta	1059,60	38	151,60	14%	321,92	30%	148	593,02	56%	266,75	5,31	382,50	18,58	3207,42
Quinta	1029,59	41	162,05	16%	308,90	30%	141	563,45	55%	330,23	3,77	207,72	17,25	1679,79
Sexta	1232,28	39	157,97	13%	339,94	28%	186	744,19	60%	374,21	5,55	327,23	86,35	1655,38
Média semanal	993,14	35	140,80	14%	259,15	26%	150	601,94	61%	257,90	4,75	282,65	223,95	1663,11

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
 ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
 SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1

EDUCAÇÃO INFANTIL PRÉ-ESCOLA – ENSINO FUNDAMENTAL - EJA SETEMBRO – DEZEMBRO 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM/LANCHE 7:00 às 7:10h (matutino) 12:20 às 12:30h/16:40 às 16:50 (vespertino) 18:30 às 18:40h (noturno)	ALMOÇO 9:30 às 9:50h (matutino) 14:30 às 14:50h (vespertino) 20:00 às 20:20h (noturno)	SOBREMESA 9:50h (matutino) 14:50h (vespertino) 20:20h (noturno)
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES REPOLHO REFOGADO	PERA
TERÇA-FEIRA	PÃO CARECA COM MANTEIGA LEITE COM FRUTAS	ARROZ FEIJÃO FILÉ DE FRANGO ACEBOLADO PANACHÉ DE LEGUMES (BATATA, CENOURA, CHUCHU E VAGEM)	ABACAXI
QUARTA-FEIRA	VITAMINA DE BANANA	ARROZ FEIJÃO ISCA DE CARNE SALADA DE ALFACE OU REPOLHO E TOMATE	MAMÃO
QUINTA-FEIRA	PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA SUCO DE MARACUJÁ OU MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE SUINA ENSOPADA COM INHAME COUVE OU VAGEM REFOGADA	BANANA COZIDA
SEXTA-FEIRA	TAPIOCA OU BATATA DOCE COZIDA OU AIPIM COZIDO SUCO DE ABACAXI	ARROZ FRANGO AO VINAGRETE FEIJÃO TROPEIRO	MELANCIA

35708 2023

Proc. _____
F.s. 27
Ass./Mat. _____

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1 – ENSINO FUNDAMENTAL – SETEMBRO A DEZEMBRO															
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio			
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)				
Segunda	800,01	24	98,00	12%	28	248,61	31%	115	459,45	57%	225,34	3,68	283,53	9,47	783
Terça	751,61	16	64,83	9%	27	244,87	33%	111	443,83	59%	221,38	3,47	259,02	5,87	685
Quarta	548,13	21	83,04	15%	14	123,13	22%	86	344,44	63%	195,26	2,66	223,18	91,03	613
Quinta	1029,46	25	99,77	10%	25	221,68	22%	184	735,89	71%	84,13	3,38	506,43	74,64	740
Sexta	710,95	23	91,49	13%	11	99,58	14%	132	526,31	74%	80,88	2,72	2234,19	62,60	735
Média semanal	768,03	22	87,42	12%	21	187,57	24%	125	501,98	65%	161,40	3,18	701,27	48,72	711

CARDÁPIO 1 – EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS – SETEMBRO A DEZEMBRO															
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio			
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)				
Segunda	970,45	31	124,92	13%	31	282,81	29%	142	568,68	59%	282,10	4,65	323,58	11,68	986,67
Terça	913,77	21	83,60	9%	31	280,17	31%	138	551,17	60%	277,13	4,39	297,79	7,65	873,68
Quarta	760,39	30	119,08	16%	20	179,36	24%	116	464,83	61%	268,21	3,85	314,18	112,66	902,66
Quinta	1232,72	32	128,52	10%	30	273,34	22%	215	861,24	70%	110,83	4,41	636,53	87,44	991,10
Sexta	943,85	32	128,79	14%	15	133,47	14%	173	692,63	73%	107,57	3,71	2294,33	84,77	955,22
Média semanal	964,24	29	116,98	12%	26	229,83	24%	157	627,71	65%	209,17	4,20	773,28	60,84	941,87



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2

EDUCAÇÃO INFANTIL PRÉ-ESCOLA – ENSINO FUNDAMENTAL - EJA

SETEMBRO A DEZEMBRO 2024

DIA/HORÁRIO	DESEJUM/LANCHE 7:00 às 7:10h (matutino) 12:20 às 12:30h/16:40 às 16:50 (vespertino) 18:30 às 18:40h (noturno)	ALMOÇO 9:30 às 9:50h (matutino) 14:30 às 14:50h (vespertino) 20:00 às 20:20h (noturno)	SOBREMESA 9:50h (matutino) 14:50h (vespertino) 20:20h (noturno)
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE BATATA COM MANTEIGA SUCO DE MELANCIA	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO TUTU ALMÔNDEGAS AO MOLHO	LARANJA
TERÇA-FEIRA	VITAMINA DE MARACUJÁ	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO ANGU	BANANA
QUARTA-FEIRA	PÃO DE COCO COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA ACEBOLADA PURÊ DE ABÓBORA	MELÃO
QUINTA-FEIRA	IOGURTE COM FRUTAS (MAMÃO/ MELÃO)	ARROZ FEIJÃO PEIXE DESFIADO PIRÃO	MAÇA
SEXTA-FEIRA	PÃO DE MILHO COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE FAROFA	MAMÃO

35708

2023

Proc. _____
F's. 78
A.s./Mat. _____

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína		Lipídeos		Carboidratos		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)	
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	Kcal	% VET	Kcal	% VET						
Segunda	812,47	26	102,73	13%	202,09	25%	131	522,51	64%	85,07	4,08	347,80	810,28	648,06
Terça	706,22	26	104,67	15%	132,47	19%	119	477,82	68%	188,55	2,83	130,96	29,83	724
Quarta	786,55	24	95,86	12%	270,56	34%	105	421,96	54%	212,48	3,67	359,61	10,80	2796,04
Quinta	700,68	24	96,95	14%	238,33	34%	93	370,61	53%	187,86	1,98	89,96	14,08	1241
Sexta	915,07	24	95,99	10%	271,09	30%	138	553,24	60%	262,03	3,86	274,82	79,84	1204
Média semanal	781,20	25	99,24	13%	222,91	28%	117	469,39	60%	187,20	3,22	240,63	188,97	1322

CARDÁPIO 2 – EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS – SETEMBRO A DEZEMBRO														
DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína		Lipídeos		Carboidratos		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)	
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	Kcal	% VET	Kcal	% VET						
Segunda	1033,26	34	136,17	13%	230,18	22%	171	683,76	66%	109,49	5,27	403,82	1010,29	869,59
Terça	907,34	36	144,55	16%	175,44	19%	149	596,54	66%	241,85	3,90	166,84	38,01	956,19
Quarta	1023,35	33	132,20	13%	349,67	34%	136	542,53	53%	270,95	4,94	449,12	13,59	4091,40
Quinta	945,64	33	134,00	14%	338,17	36%	120	479,54	51%	241,11	2,80	116,31	17,15	1747,46
Sexta	961,20	21	83,16	9%	267,92	28%	154	617,99	64%	311,82	4,06	323,25	94,44	929,73
Média semanal	974,15	32	126,02	13%	272,28	28%	146	584,08	60%	235,04	4,20	291,87	234,70	1718,87



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 1

ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL				SETEMBRO – DEZEMBRO 2024
DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:00 às 7:20h	COLAÇÃO 9:30 às 9:50h	ALMOÇO 11:30 às 11:50h	LANCHE 14:00h
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE LEITE COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	PERA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM LEGUMES REPOLHO REFOGADO	VITAMINA DE MARACUJÁ
TERÇA-FEIRA	PÃO CARECA COM MANTEIGA LEITE COM FRUTAS	ABACAXI	ARROZ FEIJÃO FILÉ DE FRANGO ACEBOLADO PANACHÊ DE LEGUMES (BATATA, CENOURA, CHUCHU E VAGEM)	IOGURTE COM FRUTAS (MAMÃO/MELÃO)
QUARTA-FEIRA	VITAMINA DE BANANA	MAMÃO	ARROZ FEIJÃO ISCA DE CARNE SALADA DE ALFACE OU REPOLHO E TOMATE	BISCOITO DOCE SUCO DE MELANCIA
QUINTA-FEIRA	PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA SUCO DE MARACUJÁ OU MAMÃO	BANANA COZIDA	ARROZ FEIJÃO CARNE SUÍNA ENSOPADA COM INHAME COUVE OU VAGEM REFOGADA	LEITE QUEIMADO
SEXTA-FEIRA	TAPIOCA OU BATATA DOCE COZIDA OU AIPIM COZIDO SUCO DE ABACAXI	MELANCIA	ARROZ FRANGO AO VINAGRETE FEIJÃO TROPEIRO	BISCOITO DE SAL SUCO DE MARACUJÁ



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DIAS DA SEMANA	CARDÁPIO 1 – ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL – SETEMBRO A DEZEMBRO														
	Energia (kcal)	Proteína (g)	Kcal	% VET	Lipídeos (g)	Kcal	% VET	Carboidratos (g)	Kcal	% VET	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)
Segunda	915,08	28	113,79	12%	32	286,85	31%	130	521,33	57%	367,31	3,83	358,53	10,41	867,57
Terça	854,99	20	79,50	9%	30	272,34	32%	127	507,86	59%	355,24	3,52	301,64	12,80	734,20
Quarta	895,00	25	99,10	11%	18	166,21	19%	160	639,17	71%	228,43	3,62	417,80	794,66	755,42
Quinta	989,53	26	102,73	10%	26	229,78	23%	170	681,31	69%	111,50	3,41	520,30	65,30	754,79
Sexta	953,99	28	111,94	12%	17	151,91	16%	177	707,36	74%	98,20	3,90	2288,34	70,38	1078,95
Média semanal	921,72	25	101,41	11%	25	221,42	24%	153	611,40	66%	232,14	3,66	777,32	190,71	838,19

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO 2

ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

35708 2023
Proc. _____
F.s. 80
Ass./Mat. _____

SETEMBRO – DEZEMBRO 2024

DIA/HORÁRIO	DESJEJUM 7:00 às 7:20h	COLAÇÃO 9:30 às 9:50h	ALMOÇO 11:30 às 11:50h	LANCHE 14:00h
SEGUNDA-FEIRA	PÃO DE BATATA COM MANTEIGA SUCO DE MELANCIA	LARANJA	MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO TUTU ALMÔNDEGAS AO MOLHO	ARROZ DOCE
TERÇA-FEIRA	VITAMINA DE MARACUJÁ	BANANA	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO ANGU	BISCOITO DE SAL SUCO DE ABACAXI
QUARTA-FEIRA	PÃO DE COCO COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	MELÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE BOVINA ACEBOLADA PURÊ DE ABÓBORA	SALADA DE FRUTAS
QUINTA-FEIRA	IOGURTE COM FRUTAS (MAMÃO/ MELÃO)	MAÇÃ	ARROZ FEIJÃO PEIXE DESFIADO PIRÃO	LEITE COM CHOCOLATE
SEXTA-FEIRA	PÃO DE MILHO COM MANTEIGA LEITE COM CHOCOLATE	MAMÃO	ARROZ FEIJÃO ESTROGONOFE DE CARNE FAROFA	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA, MAÇÃ E MAMÃO)

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112



PREFEITURA MUNICIPAL DE PRESIDENTE KENNEDY
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
ESTADO DO ESPÍRITO SANTO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

DIAS DA SEMANA	Energia		Proteína		Lipídeos		Carboidratos		Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)	Sódio (mg)		
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)						Kcal	% VET
Segunda	897,08	28	110,56	12%	23	211,27	24%	147	588,69	66%	118,29	4,21	362,68	810,28	667,32
Terça	1048,66	31	123,90	12%	20	184,44	18%	191	762,14	73%	207,94	3,96	325,59	730,97	1066,92
Quarta	869,01	27	107,55	12%	32	291,29	34%	118	473,96	55%	300,00	3,88	386,84	15,28	2827,97
Quinta	816,79	29	114,09	14%	31	281,24	34%	107	427,52	52%	349,01	2,15	159,39	14,09	1354,52
Sexta	1033,81	28	110,92	11%	34	306,21	30%	156	624,16	60%	394,45	4,03	343,16	87,50	1280,20
Média semanal	933,07	28	113,40	12%	28	254,89	28%	144	575,29	61%	273,94	3,64	315,53	331,63	1439,38

FERNANDA SANTANA DE MEDEIROS – NUTRICIONISTA - RT – CRN4 08100112