



CARDÁPIO: ENSINO FUNDAMENTAL I E II
MODALIDADE: PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO
PERÍODO: INTEGRAL

CIM - CENTRO INTEGRADO MULTIDISCIPLINAR

Dra. DANIELE KARINA COENCA ALVES PIMENTA
NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICA CRN3 81665
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMRC SP

SEMANA: 1

jun/26

REFEIÇÃO	HORÁRIO	2ª FEIRA 1	3ª FEIRA 2	4ª FEIRA 3	5ª FEIRA 4	6ª FEIRA 5
CAFÉ DA MANHÃ	07:00 - 10:00	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado	Leite integral, mamão ou leite batido c/ mamão	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
ALMOÇO	10:00 - 12:45	Risoto de frango c/ cenoura, abobrinha e cebolinha, salada de tomate Maçã	Sopa de mandioca c/ cenoura, carne em cubos e cebolinha Banana	Arroz, feijão, carne moída c/ salsinha, salada de acelga Mamão	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE DA TARDE	13:00 - 17:00	Creme de cacau, maçã	Leite integral batido c/ mamão e banana, biscoito salgado	Bolo simples, leite integral c/ cacau	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
Composição nutricional (Média semanal)			Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
				55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			668 Kcal	93g	35g	19g
			56%	21%	25%	

Qualidade do cardápio IQCOSAN:

0 a 45,9 - INADEQUADO
46 a 75,9 - PRECISA MELHORAR
76 a 95 – ADEQUADO

NOTA: 65

ORIENTAÇÕES:

- 1- Deverá ser oferecido o mesmo cardápio em todos os turnos (manhã, tarde e noite);
- 2- A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 3- O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 4- Ocasionalmente o cardápio poderá sofrer alterações devido a problemas c/ fornecedores, safra ou condições climáticas;
- 5- Nas preparações refogadas, não colocar molho;
- 6- Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução FNDE nº 06/2020.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RIO CLARO/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



CARDÁPIO: ENSINO FUNDAMENTAL I E II
MODALIDADE: PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO
PERÍODO: INTEGRAL

CIM - CENTRO INTEGRADO MULTIDISCIPLINAR

SEMANA: 2

Dra. DANIELE KARINA COENCA ALVES PIMENTA
NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICA CRN3 81665
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMRC SP

jun/26

		2ª FEIRA 8	3ª FEIRA 9	4ª FEIRA 10	5ª FEIRA 11	6ª FEIRA 12
CAFÉ DA MANHÃ	07:00 - 10:00	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Leite integral, banana ou leite batido c/ banana	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado	Leite integral, maçã	Leite integral, mamão ou leite batido c/ mamão
ALMOÇO	10:00 - 12:45	Arroz, estrogonofe de carne, mandioca refogada Maçã	Arroz, feijão, ovos mexidos c/ cenoura e cebolinha, salada de alface	Macarrão, almôndegas bovina ao molho, salada de repolho Mamão	Arroz, feijão, carne moída c/ salsinha, salada de chuchu	Sopa de macarrão c/ frango, cenoura, chuchu, batata e cebolinha Banana
LANCHE DA TARDE	13:00 - 17:00	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado	Bolo de fubá, leite integral c/ cacau	Pão-de-queijo vegano, suco de limão	Leite rosa, biscoito salgado	Torta de carne moída c/ ervilha, suco de maracujá

Composição nutricional (Média semanal)

Energia (Kcal)

CHO

PTN

LPD

55% a 65% do VET

10% a 15% do VET

15% a 30% do VET

990 Kcal

138g

44g

31g

56%

18%

28%

Qualidade do cardápio IQCOSAN:

0 a 45,9 - INADEQUADO
46 a 75,9 - PRECISA MELHORAR
76 a 95 – ADEQUADO

NOTA: 75

ORIENTAÇÕES:

- 1- Deverá ser oferecido o mesmo cardápio em todos os turnos (manhã, tarde e noite);
- 2- A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 3- O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 4- Ocasionalmente o cardápio poderá sofrer alterações devido a problemas c/ fornecedores, safra ou condições climáticas;
- 5- Nas preparações refogadas, não colocar molho;
- 6- Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução FNDE nº 06/2020.



CARDÁPIO: ENSINO FUNDAMENTAL I E II
MODALIDADE: PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO
PERÍODO: INTEGRAL

CIM - CENTRO INTEGRADO MULTIDISCIPLINAR

Dra. DANIELE KARINA COENCA ALVES PIMENTA
Dra. DANIELE KARINA COENCA ALVES PIMENTA
NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICA CRN3 81665
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMRC SP

SEMANA: 3

jun/26

		2ª FEIRA 15	3ª FEIRA 16	4ª FEIRA 17	5ª FEIRA 18	6ª FEIRA 19
CAFÉ DA MANHÃ	07:00 - 10:00	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado	Leite integral, mamão ou leite batido c/ mamão	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Leite integral, banana ou leite batido c/ banana	Leite integral, melão
ALMOÇO	10:00 - 12:45	Polenta, sobrecoxa ao molho, salada de cenoura Maçã	Arroz, feijão, carne em cubos c/ batata, salada de couve	Risoto de frango c/ cenoura, abobrinha e cebolinha, salada de beterraba Melão	Arroz, feijão, carne em íscas c/ cebolinha, salada de tomate	Macarrão, carne moída ao molho, salada de acelga Mamão
LANCHE DA TARDE	13:00 - 17:00	Arroz doce, mamão	Biscoito salgado, suco de laranja	Bolo de laranja, leite integral c/ cacau	Leite integral batido c/ abacate, biscoito salgado	Torta de legumes, suco de mamão
Composição nutricional (Média semanal)			Energia (Kcal)	CHO 74,84	PTN 25,1	LPD 17,34
				55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			805 Kcal	170g	38g	26g
				84%	19%	29%

Qualidade do cardápio IQCOSAN:

0 a 45,9 - INADEQUADO
46 a 75,9 - PRECISA MELHORAR
76 a 95 – ADEQUADO

NOTA: 70

ORIENTAÇÕES:

- 1- Deverá ser oferecido o mesmo cardápio em todos os turnos (manhã, tarde e noite);
- 2- A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 3- O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 4- Ocasionalmente o cardápio poderá sofrer alterações devido a problemas c/ fornecedores, safra ou condições climáticas;
- 5- Nas preparações refogadas, não colocar molho;
- 6- Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução FNDE nº 06/2020.



CARDÁPIO: ENSINO FUNDAMENTAL I E II
MODALIDADE: PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO
PERÍODO: INTEGRAL

CIM - CENTRO INTEGRADO MULTIDISCIPLINAR

Dra. Daniele Karina Coenca Alves Pimenta
Dra. DANIELE KARINA COENCA ALVES PIMENTA
NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICA CRN3 81665
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMRC SP

SEMANA: 4

jun/26

		2ª FEIRA 22	3ª FEIRA 23	4ª FEIRA 24	5ª FEIRA 25	6ª FEIRA 26
CAFÉ DA MANHÃ	07:00 - 10:00	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Leite integral, banana ou leite batido c/ banana	FERIADO	Leite integral, mamão ou leite batido c/ mamão	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado
ALMOÇO	10:00 - 12:45	Polenta, carne moída ao molho, salada de cenoura Maçã	Arroz, feijão, carne em íscas refogada c/ salsinha e abóbora ou purê de abóbora, salada de repolho	FERIADO	Arroz, feijão, frango refogado c/ salsinha, salada de tomate Banana	Sopa de macarrão c/ carne em cubos, cenoura, batata, abobrinha e cebolinha Abacaxi
LANCHE DA TARDE	13:00 - 17:00	Leite integral batido c/ abacate, biscoito salgado	Pão-de-queijo vegano, suco de limão	FERIADO	Salada de frutas	Bolo simples, leite integral c/ cacau
Composição nutricional (Média semanal)			Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
				55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			667 Kcal	103g	26g	18g
				62%	15%	24%

Qualidade do cardápio IQCOSAN:

0 a 45,9 - INADEQUADO
46 a 75,9 - PRECISA MELHORAR
76 a 95 – ADEQUADO

NOTA: 65

ORIENTAÇÕES:

- 1- Deverá ser oferecido o mesmo cardápio em todos os turnos (manhã, tarde e noite);
- 2- A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 3- O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 4- Ocasionalmente o cardápio poderá sofrer alterações devido a problemas c/ fornecedores, safra ou condições climáticas;
- 5- Nas preparações refogadas, não colocar molho;
- 6- Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução FNDE nº 06/2020.



CARDÁPIO: ENSINO FUNDAMENTAL I E II
MODALIDADE: PROGRAMA MAIS EDUCAÇÃO
PERÍODO: INTEGRAL

CIM - CENTRO INTEGRADO MULTIDISCIPLINAR

Dra. DANIELE KARINA COENCA ALVES PIMENTA
NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL TÉCNICA CRN3 81665
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PMRC SP

SEMANA: 5

29/06 A 03/07/2026

		2ª FEIRA 29	3ª FEIRA 30	4ª FEIRA 1	5ª FEIRA 2	6ª FEIRA 3
CAFÉ DA MANHÃ	07:00 - 10:00	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado	Leite integral, banana ou leite batido c/ banana	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Leite integral, mamão ou leite batido c/ mamão	Leite integral, maçã
ALMOÇO	10:00 - 12:45	Risoto de frango c/ cenoura, abobrinha e cebolinha, salada de tomate Maçã	Arroz, feijão, ovos mexidos c/ cenoura e cebolinha, salada de alface	Arroz, frango refogado, creme de milho, salada de couve Melancia	Arroz, feijão, filé de peixe ao molho c/ batata, cenoura e brócolis refogados	Macarrão, carne moída ao molho, salada de chuchu
LANCHE DA TARDE	13:00 - 17:00	Torta de legumes, suco de maracujá	Leite integral batido c/ banana e mamão, biscoito salgado	Bolo de cacau c/ cobertura, leite integral batido c/ mamão	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Mingau de amido, banana
Composição nutricional (Média semanal)			Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
				55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			802 Kcal	117g	32g	24g
			59%	16%	27%	

Qualidade do cardápio IQCOSAN:

0 a 45,9 - INADEQUADO
46 a 75,9 - PRECISA MELHORAR
76 a 95 – ADEQUADO

NOTA: 72

ORIENTAÇÕES:

- 1- Deverá ser oferecido o mesmo cardápio em todos os turnos (manhã, tarde e noite);
- 2- A fruta deverá ser servida de acordo com o seu estado de maturação (madura), mas deverá ser servida até o próximo recebimento;
- 3- O estoque disponível (excedente) de legumes, verduras ou feculentos poderá ser acrescentado em refogados ou saladas;
- 4- Ocasionalmente o cardápio poderá sofrer alterações devido a problemas c/ fornecedores, safra ou condições climáticas;
- 5- Nas preparações refogadas, não colocar molho;
- 6- Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e disponibilizado para a comunidade escolar, conforme Resolução FNDE nº 06/2020.