



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

CIM - CENTRO INTEGRADO MULTIDISCIPLINAR

SEMANA: 2

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

jul/26

REFEIÇÃO	HORÁRIO	2ª FEIRA 6	3ª FEIRA 7	4ª FEIRA 8	5ª FEIRA 9	6ª FEIRA 10
CAFÉ DA MANHÃ	07:00 - 10:00	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado	Leite integral, mamão ou leite integral batido c/ mamão	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
ALMOÇO	10:00 - 12:45	Arroz, sobrecoxa assada ou refogada, purê de abóbora c/ salsinha, salada de tomate Maçã	Arroz, feijão, carne moída c/ batata e cebolinha, salada de couve Banana	Macarrão, almôndegas bovina ao molho, salada de acelga Mexerica	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
LANCHE DA TARDE	13:00 - 17:00	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Arroz doce, maçã	Pão-de-queijo vegano, suco de marujá	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
			585,4	144,05	26,02	20,02
				98%	18%	31%

Qualidade do cardápio IQCOSAN:

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

NOTA: 61

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 FND E nº 06/2020.



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

CIM - CENTRO INTEGRADO MULTIDISCIPLINAR

SEMANA: 4

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

jul/26

		2ª FEIRA 20	3ª FEIRA 21	4ª FEIRA 22	5ª FEIRA 23	6ª FEIRA 24
CAFÉ DA MANHÃ	07:00 - 10:00	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Leite integral, mamão	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado
ALMOÇO	10:00 - 12:45	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Sopa de mandioca c/ carne em cubos, cenoura e cebolinha Maçã	Arroz, feijão, frango refogado, creme de milho, salada de cenoura Banana	Polenta, carne moída ao molho, salada de repolho Mamão
LANCHE DA TARDE	13:00 - 17:00	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	Leite integral batido c/ banana, biscoito salgado	Mingau de amido, mamão	Bolo de cacau c/ cobertura, suco de laranja
Composição nutricional (Média semanal)			Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
				55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			519,4	76,12	23,12	16,07
			59%	18%	28%	

Qualidade do cardápio IQCOSAN:

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

NOTA: 63

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: 5

jul/26

		2ª FEIRA 27	3ª FEIRA 28	4ª FEIRA 29	5ª FEIRA 30	6ª FEIRA 31
CAFÉ DA MANHÃ	07:00 - 10:00	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Leite integral, banana ou leite integral batido c/ banana	Leite integral c/ cacau, biscoito salgado	Leite integral, mamão ou leite integral batido c/ mamão	Leite integral c/ cacau, maçã
ALMOÇO	10:00 - 12:45	Risoto de frango c/ cenoura, abobrinha, ervilha e salsinha, salada de beterraba Maçã	Arroz, feijão, ovos mexidos c/ cenoura e cebolinha, salada de alface	Macarrão, carne em cubos ao molho, salada de couve Melancia	Arroz, feijão, escondidinho de carne moída c/ purê de batata e cebolinha	Sopa de macarrão c/ caldo de feijão, carne em íscas, cenoura, batata e salsinha Banana
LANCHE DA TARDE	13:00 - 17:00	Leite rosa (leite integral batido com beterraba e coado), biscoito salgado	Torta de frango c/ legumes, suco de mamão	Leite integral c/ cacau, biscoito doce	Salada de frutas	Creme de cacau, banana
Composição nutricional (Média semanal)			Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
				55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			871,2	122,16	39,98	27,45
			56%	18%	28%	

Qualidade do cardápio IQCOSAN:

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

NOTA: 88

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.