



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – MARÇO 2025

SEMANA 1

	03/03/25	04/03/25	05/03/25	06/03/25	07/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Cuca caseira Café com leite Maçã	Macarrão Picadinho em molho Beterraba cozida Repolho Mamão

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
228	12g – 16%	9g – 21%	32g – 63%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – MARÇO 2025

SEMANA 2

10/03/25

11/03/25

12/03/25

13/03/25

14/03/25

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Chá mate Maçã	Arroz e feijão Picadinho de gado com cenoura Alface	Pão com carne moída Café com leite Pêssego	Polenta Carne suína crocante Repolho	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate Laranja

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
246	12g – 15%	9g – 25%	36g – 60%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – MARÇO 2025

SEMANA 3

17/03/25

18/03/25

19/03/25

20/03/25

21/03/25

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com leite Mamão	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	logurte de frutas Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
220	10g – 18%	6g – 20%	34g – 62%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA – MARÇO 2025

SEMANA 4

	24/03/25	25/03/25	26/03/25	27/03/25	28/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Cuca caseira Café com leite Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface	Pão com carne moída Chá mate Maçã	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	Polenta cremosa Picadinho em molho Repolho Laranja

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
280	13g – 20%	8g – 24%	40g – 56%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 1

	03/03/25	04/03/25	05/03/25	06/03/25	07/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO	RECESSO	RECESSO	BISCOITO SEM LACTOSE Café com leite (SEM LACTOSE) Maçã	Macarrão Picadinho em molho Beterraba cozida Repolho Mamão

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 2

	10/03/25	11/03/25	12/03/25	13/03/25	14/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE Chá mate Maçã	Arroz e feijão Picadinho de gado com cenoura Alface	Pão com carne moída Café com leite SEM LACTOSE Pêssego	Polenta Carne suína crocante Repolho	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 3

	17/03/25	18/03/25	19/03/25	20/03/25	21/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE Café com leite SEM LACTOSE Mamão	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	iogurte de frutas SEM LACTOSE Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 4

	24/03/25	25/03/25	26/03/25	27/03/25	28/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	BOALCHA SEM LACTOSE Café com leite SEM LACTOSE Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface	Pão com carne moída Chá mate Maçã	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	Polenta cremosa Picadinho em molho Repolho Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 1

	03/03/25	04/03/25	05/03/25	06/03/25	07/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO	RECESSO	RECESSO	BOLACHA SALGADA Café com leite COM ADOÇANTE Maçã	Macarrão Picadinho em molho Beterraba cozida Repolho Mamão



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 2

10/03/25

11/03/25

12/03/25

13/03/25

14/03/25

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Chá mate COM ADOÇANTE Maçã	Arroz e feijão Picadinho de gado com cenoura Alface	Pão com carne moída Café com leite COM ADOÇANTE Pêssego	Polenta Carne suína crocante Repolho	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 3

17/03/25

18/03/25

19/03/25

20/03/25

21/03/25

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Café com leite COM ADOÇANTE Mamão	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	logurte de frutas DIET Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 3

17/02/25

18/02/25

19/02/25

20/02/25

21/02/25

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Café com leite COM ADOÇANTE Mamão	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	iogurte de frutas DIET Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 4

	24/03/25	25/03/25	26/03/25	27/03/25	28/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	BOLACHA SALGADA Café com leite COM ADOÇANTE Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface	Pão com carne moída Chá mate COM ADOÇANTE Maçã	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	Polenta cremosa Picadinho em molho Repolho Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 1

	03/03/25	04/03/25	05/03/25	06/03/25	07/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO	RECESSO	RECESSO	BOLACHA SEM GLÚTEN Café com leite Maçã	Macarrão SEM GLÚTEN Picadinho em molho Beterraba cozida Repolho Mamão

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 2

	10/03/25	11/03/25	12/03/25	13/03/25	14/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM GLÚTEN Chá mate Maçã	Arroz e feijão Picadinho de gado com cenoura Alface	Pão SEM GLÚTEN com carne moída Café com leite Pêssego	Polenta Carne suína crocante Repolho	Carne moída Arroz Repolho Tomate Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 3

	17/03/25	18/03/25	19/03/25	20/03/25	21/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM GLÚTEN Café com leite Mamão	Carne suína crocante Arroz Tomate	iogurte de frutas SEM GLÚTEN Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão SEM GLÚTEN com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 4

	24/03/25	25/03/25	26/03/25	27/03/25	28/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	BOLACHA SEM GLÚTEN Café com leite Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface	Pão SEM GLÚTEN com carne moída Chá mate Maçã	Carne suína crocante Arroz Tomate	Polenta cremosa Picadinho em molho Repolho Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 1

	03/03/25	04/03/25	05/03/25	06/03/25	07/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Bolacha SEM LACTOSE (feita com leite de soja) Café com leite DE SOJA Maçã	Macarrão Picadinho em molho Beterraba cozida Repolho Mamão

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 2

	10/03/25	11/03/25	12/03/25	13/03/25	14/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE (feita com leite de soja) Chá mate Maça	Arroz e feijão Picadinho de gado com cenoura Alface	Pão com carne moída Café com leite DE SOJA Pêssego	Polenta Carne suína crocante Repolho	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 3

	17/03/25	18/03/25	19/03/25	20/03/25	21/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE (feita com leite de soja) Café com leite DE SOJA Mamão	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	Iogurte de frutas DE SOJA OU VEGANO Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - PRÉ-ESCOLA MARÇO 2025

SEMANA 4

	24/03/25	25/03/25	26/03/25	27/03/25	28/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE (feita com leite de soja) Café com leite DE SOJA Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface	Pão com carne moída Chá mate Maçã	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	Polenta cremosa Picadinho em molho Repolho Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – MARÇO 2025

SEMANA 1

	03/03/25	04/03/25	05/03/25	06/03/25	07/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Cuca caseira Café com leite Maçã	Macarrão Picadinho em molho Beterraba cozida Repolho Mamão

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
402	19g – 19%	10g – 20%	60g – 61%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – MARÇO 2025

SEMANA 2

10/03/25

11/03/25

12/03/25

13/03/25

14/03/25

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Chá mate Maçã	Arroz e feijão Picadinho de gado com cenoura Alface	Pão com carne moída Café com leite Pêssego	Polenta Carne suína crocante Repolho	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate Laranja

MÉDIA SEMANAL

<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
457	17g – 15%	12g – 22%	72g – 63%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – MARÇO 2025

SEMANA 3

17/03/25

18/03/25

19/03/25

20/03/25

21/03/25

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha de fubá Café com leite Mamão	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	logurte de frutas Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
390	18g – 18%	11g – 23%	57g – 59%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – MARÇO 2025

SEMANA 4

	24/03/25	25/03/25	26/03/25	27/03/25	28/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Cuca caseira Café com leite Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface	Pão com carne moída Chá mate Maçã	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	Polenta cremosa Picadinho em molho Repolho Laranja

<u>MÉDIA SEMANAL</u>			
<u>KCAL</u>	<u>Proteína</u>	<u>Lipídeos</u>	<u>Carboidrato</u>
448	22g – 20%	13g – 25%	63g – 55%

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
 - BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE – ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

<u>SEMANA 1</u>	03/03/25	04/03/25	05/03/25	06/03/25	07/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO	RECESSO	RECESSO	BISCOITO SEM LACTOSE Café com leite (SEM LACTOSE) Maçã	Macarrão Picadinho em molho Beterraba cozida Repolho Mamão

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 2

	10/03/25	11/03/25	12/03/25	13/03/25	14/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE Chá mate Maçã	Arroz e feijão Picadinho de gado com cenoura Alface	Pão com carne moída Café com leite SEM LACTOSE Pêssego	Polenta Carne suína crocante Repolho	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 3

	17/03/25	18/03/25	19/03/25	20/03/25	21/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE Café com leite SEM LACTOSE Mamão	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	iogurte de frutas SEM LACTOSE Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE - ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 4

	24/03/25	25/03/25	26/03/25	27/03/25	28/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	BOALCHA SEM LACTOSE Café com leite SEM LACTOSE Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface	Pão com carne moída Chá mate Maçã	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	Polenta cremosa Picadinho em molho Repolho Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 1

	03/03/25	04/03/25	05/03/25	06/03/25	07/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO	RECESSO	RECESSO	BOLACHA SALGADA Café com leite COM ADOÇANTE Maçã	Macarrão Picadinho em molho Beterraba cozida Repolho Mamão



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 2

	10/03/25	11/03/25	12/03/25	13/03/25	14/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Chá mate COM ADOÇANTE Maçã	Arroz e feijão Picadinho de gado com cenoura Alface	Pão com carne moída Café com leite COM ADOÇANTE Pêssego	Polenta Carne suína crocante Repolho	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 3

	17/03/25	18/03/25	19/03/25	20/03/25	21/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Café com leite COM ADOÇANTE Mamão	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	iogurte de frutas DIET Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 3

	17/02/25	18/02/25	19/02/25	20/02/25	21/02/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SALGADA Café com leite COM ADOÇANTE Mamão	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	iogurte de frutas DIET Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA DIABETES MELLITUS- ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 4

	24/03/25	25/03/25	26/03/25	27/03/25	28/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	BOLACHA SALGADA Café com leite COM ADOÇANTE Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface	Pão com carne moída Chá mate COM ADOÇANTE Maçã	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	Polenta cremosa Picadinho em molho Repolho Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752

- REDUZIR A ADIÇÃO DE AÇÚCARES, SAL E GORDURAS NAS PREPARAÇÕES;
- CORTAR OS ALIMENTOS EM PEDAÇOS PEQUENOS, AFIM DE FACILITAR A MASTIGAÇÃO;
- BEBIDAS SERVIR QUENTE OU FRIO CONFORME CLIMA



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN – ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

<u>SEMANA 1</u>	03/03/25	04/03/25	05/03/25	06/03/25	07/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO	RECESSO	RECESSO	BOLACHA SEM GLÚTEN Café com leite Maçã	Macarrão SEM GLÚTEN Picadinho em molho Beterraba cozida Repolho Mamão

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN - ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 2

10/03/25

11/03/25

12/03/25

13/03/25

14/03/25

	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM GLÚTEN Chá mate Maçã	Arroz e feijão Picadinho de gado com cenoura Alface	Pão SEM GLÚTEN com carne moída Café com leite Pêssego	Polenta Carne suína crocante Repolho	Carne moída Arroz Repolho Tomate Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN - ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 3

	17/03/25	18/03/25	19/03/25	20/03/25	21/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM GLÚTEN Café com leite Mamão	Carne suína crocante Arroz Tomate	logurte de frutas SEM GLÚTEN Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão SEM GLÚTEN com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN - ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 4

	24/03/25	25/03/25	26/03/25	27/03/25	28/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	BOLACHA SEM GLÚTEN Café com leite Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface	Pão SEM GLÚTEN com carne moída Chá mate Maçã	Carne suína crocante Arroz Tomate	Polenta cremosa Picadinho em molho Repolho Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 1

	03/03/25	04/03/25	05/03/25	06/03/25	07/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	RECESSO	RECESSO	RECESSO	Bolacha SEM LACTOSE (feita com leite de soja) Café com leite DE SOJA Maçã	Macarrão Picadinho em molho Beterraba cozida Repolho Mamão

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

<u>SEMANA 2</u>	10/03/25	11/03/25	12/03/25	13/03/25	14/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE (feita com leite de soja) Chá mate Maça	Arroz e feijão Picadinho de gado com cenoura Alface	Pão com carne moída Café com leite DE SOJA Pêssego	Polenta Carne suína crocante Repolho	Farofa com carne moída Arroz Repolho Tomate Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 3

	17/03/25	18/03/25	19/03/25	20/03/25	21/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE (feita com leite de soja) Café com leite DE SOJA Mamão	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	iogurte de frutas DE SOJA OU VEGANO Pêssego	Arroz e feijão Picadinho refogado com cebola Beterraba	Macarrão com molho de carne moída Cenoura cozida Alface Maçã

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752



PREFEITURA MUNICIPAL DE CORONEL VIVIDA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO ADAPTADO PARA ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA - ENSINO FUNDAMENTAL MARÇO 2025

SEMANA 4

	24/03/25	25/03/25	26/03/25	27/03/25	28/03/25
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
LANCHE M/T	Bolacha SEM LACTOSE (feita com leite de soja) Café com leite DE SOJA Mamão	Arroz e Feijão Picadinho em molho com batatinha Alface	Pão com carne moída Chá mate Maçã	Carne suína crocante Quirera Arroz Tomate	Polenta cremosa Picadinho em molho Repolho Laranja

Mariana Regina dos Santos Nutricionista CRN 8/12752