

EMEF INTEGRAL
FAIXA ETÁRIA: 6 A 15 ANOS

TURMA A: 07h10 às 14h40 - 11 a 15 anos

TURMA B: 10h20 às 17h50 - 6 a 10 anos

MÊS: ABRIL 2026

ALIMENTAÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
			01/abr	02/abr	03/abr
ENTRADA			LEITE INTEGRAL COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA		
REFEIÇÃO PRINCIPAL			ARROZ/ FEIJÃO PRETO CARNE SUÍNA COM CHEIRO VERDE LEGUMES	PONTO FACULTATIVO	FERIADO
LANCHE INTEGRAL			FRUTA		

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 11 a 15 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1038,2	38,9	34,6	142,8

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 6 a 10 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
122,4	4,6	4,1	16,8

Fonte: TACO 4ª edição 2011/ Tabela de Composição Nutricional dos Alimentos IBGE 2011/ Rótulos e fichas técnicas dos alimentos

CONSIDERAÇÕES:

Cardápio sujeito à alterações. Não é permitida a alteração sem a permissão da CTA.

Horário sujeito a alterações

EMEF INTEGRAL

FAIXA ETÁRIA: 6 A 15 ANOS

TURMA A: 07h10 às 14h40 - 11 a 15 anos

TURMA B: 10h20 às 17h50 - 6 a 10 anos

MÊS: ABRIL 2026

ALIMENTAÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	06/abr	07/abr	08/abr	09/abr	10/abr
ENTRADA	CHÁ MATE	COMPOSTO LÁCTEO	CHÁ MATE	COMPOSTO LÁCTEO	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ
	BISCOITO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
REFEIÇÃO PRINCIPAL	ARROZ/ FEIJÃO	ARROZ/ FEIJÃO		ARROZ/ FEIJÃO	ARROZ/ FEIJÃO
	OVO MEXIDO COM ALHO PORÓ	CARNE BOVINA COM LEGUME E ORÉGANO	MACARRÃO COM CARNE BOVINA AO MOLHO	FRANGO SASSAMI REFOGADO COM LEGUME	CARNE BOVINA COM LEGUME E CHEIRO VERDE
	SALADA DE LEGUME		SALADA DE VERDURA		SALADA DE VERDURA
		FRUTA		FRUTA	
LANCHE INTEGRAL	FRUTA	FRUTA	FRUTA	SUCO INTEGRAL BISCOITO	FRUTA FRUTA DESIDRATADA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 11 a 15 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1000,7	37,5	33,4	137,6

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 6 a 10 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
952,3	35,7	31,7	130,9

Fonte: TACO 4ª edição 2011/ Tabela de Composição Nutricional dos Alimentos IBGE 2011/ Rótulos e fichas técnicas dos alimentos

CONSIDERAÇÕES:

Cardápio sujeito a alterações. Não é permitida a alteração sem a permissão da CTA.

Horário sujeito a alterações

EMEF INTEGRAL
FAIXA ETÁRIA: 6 A 15 ANOS

TURMA A: 07h10 às 14h40 - 11 a 15 anos

TURMA B: 10h20 às 17h50 - 6 a 10 anos

MÊS: ABRIL 2026

ALIMENTAÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13/abr	14/abr	15/abr	16/abr	17/abr
ENTRADA	CHÁ MATE BISCOITO	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
REFEIÇÃO PRINCIPAL	ARROZ/ FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA COM LEGUME SALADA DE VERDURA	ARROZ/ FEIJÃO FRANGO SASSAMI REFOGADO COM LEGUME FRUTA	ARROZ/ FEIJÃO PRETO CARNE SUÍNA COM LEGUMES VIRADO DE VERDURA	ARROZ/ FEIJÃO CARNE SUÍNA COM LEGUME FRUTA	ARROZ/ FEIJÃO OVO MEXIDO COM ALHO PORÓ SALADA DE LEGUME
LANCHE INTEGRAL	FRUTA	FRUTA	FRUTA	SUCO INTEGRAL BISCOITO	FRUTA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 11 a 15 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
938,7	35,2	31,3	129,1

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 6 a 10 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1004,8	37,7	33,5	138,2

Fonte: TACO 4ª edição 2011/ Tabela de Composição Nutricional dos Alimentos IBGE 2011/ Rótulos e fichas técnicas dos alimentos

CONSIDERAÇÕES:

Cardápio sujeito a alterações. Não é permitida a alteração sem a permissão da CTA.

Horário sujeito a alterações

EMEF INTEGRAL
FAIXA ETÁRIA: 6 A 15 ANOS

TURMA A: 07h10 às 14h40 - 11 a 15 anos

TURMA B: 10h20 às 17h50 - 6 a 10 anos

MÊS: ABRIL 2026

ALIMENTAÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	20/abr	21/abr	22/abr	23/abr	24/abr
ENTRADA			CHÁ MATE BISCOITO	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
REFEIÇÃO PRINCIPAL	DIA SEM EXPEDIENTE	FERIADO	MACARRÃO AO MOLHO COM CHEIRO VERDE PEIXE REFOGADO	ARROZ/ FEIJÃO CARNE BOVINA REFOGADA COM LEGUME E ORÉGANO FRUTA	ARROZ/ FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO SALADA DE LEGUME
LANCHE INTEGRAL			SUCO INTEGRAL BISCOITO	FRUTA	FRUTA FRUTA DESIDRATADA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 11 a 15 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
938,7	35,2	31,3	129,1

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 6 a 10 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
852,7	32,0	28,4	117,2

Fonte: TACO 4ª edição 2011/ Tabela de Composição Nutricional dos Alimentos IBGE 2011/ Rótulos e fichas técnicas dos alimentos

CONSIDERAÇÕES:

Cardápio sujeito à alterações. Não é permitida a alteração sem a permissão da CTA.

Horário sujeito a alterações

EMEF INTEGRAL
FAIXA ETÁRIA: 6 A 15 ANOS

TURMA A: 07h10 às 14h40 - 11 a 15 anos

TURMA B: 10h20 às 17h50 - 6 a 10 anos

MÊS: ABRIL 2026

ALIMENTAÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	
	27/abr	28/abr	29/abr	30/abr	
ENTRADA	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ	CHÁ MATE	COMPOSTO LÁCTEO	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ	
	BISCOITO	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	
REFEIÇÃO PRINCIPAL	ARROZ/ FEIJÃO	ARROZ/ FEIJÃO	ARROZ/ FEIJÃO	ARROZ/ FEIJÃO PRETO	
	OVO MEXIDO COM LEGUME	CARNE MOÍDA COM LEGUME	PEIXE AO MOLHO COM LEGUMES E CHEIRO VERDE	VIRADO DE CARNE SUÍNA COM LEGUME	
	SALADA DE LEGUME	FRUTA	SALADA DE VERDURA	FRUTA	
LANCHE INTEGRAL	FRUTA DESIDRATADA	SUCO INTEGRAL BISCOITO	FRUTA	FRUTA	

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 11 a 15 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
938,7	35,2	31,3	129,1

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 6 a 10 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1004,8	37,7	33,5	138,2

Fonte: TACO 4ª edição 2011/ Tabela de Composição Nutricional dos Alimentos IBGE 2011/ Rótulos e fichas técnicas dos alimentos

CONSIDERAÇÕES:

Cardápio sujeito à alterações. Não é permitida a alteração sem a permissão da CTA.

Horário sujeito a alterações