



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU

Secretaria de Educação

Cardápio de SETEMBRO

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) - BERÇÁRIO | IDADE: 04 A 05 MESES | PERÍODO: INTEGRAL

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
ALMOÇO		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 2		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 3		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
ALMOÇO	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 2	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 3	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)

OBSERVAÇÕES: Conforme orientação do Ministério da saúde e da Sociedade Brasileira de Pediatria, recomenda-se aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de idade. Na ausência do leite materno, oferecer fórmula infantil prescrita para a faixa etária.

FI= Fórmula infantil | LM= Leite materno (oferta de acordo com o estabelecido nos projetos).

- Horários para oferecer as refeições: 7h, 9h, 11h, 13h, 15h e 16h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) - BERÇÁRIO | IDADE: 04 A 05 MESES | PERÍODO: INTEGRAL

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
ALMOÇO	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 2	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 3	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
ALMOÇO	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 2	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 3	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)

OBSERVAÇÕES: Conforme orientação do Ministério da saúde e da Sociedade Brasileira de Pediatria, recomenda-se aleitamento materno exclusivo até os 6 meses de idade. Na ausência do leite materno, oferecer fórmula infantil prescrita para a faixa etária.

FI= Fórmula infantil | LM= Leite materno (oferta de acordo com o estabelecido nos projetos).

- Horários para oferecer as refeições: 7h, 9h, 11h, 13h, 15h e 16h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) - BERÇÁRIO | IDADE: 06 MESES | PERÍODO: INTEGRAL

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1		Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
ALMOÇO		Frango desfiado ou triturado, abobrinha, mandioquinha e chuchu	Carne moída, cenoura e abobrinha	Frango desfiado ou triturado, batata e chuchu	Carne moída, cenoura e abobrinha
LANCHE 2		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 3		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
ALMOÇO	frango desfiado ou triturado, abobrinha e mandioquinha	Carne moída, cenoura e chuchu	Carne moída, batata e chuchu	Frango desfiado ou triturado, com abobrinha e cenoura	Carne moída com batata, brócolis e chuchu
LANCHE 2	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 3	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)

*Frutas: Abacate, Banana-maçã, Maçã, Melão, Mamão e Pera.

OBSERVAÇÕES: As papas salgadas devem ser amassadas (consistência pastosa) e **frutas** devem ser servidas amassadas ou raspadas, de acordo com os sinais de prontidão e aceitação da criança. – Ler orientações de evolução de consistência. De acordo com o Guia Alimentar Brasileiro para crianças menores de 2 anos, a partir dos 6 meses os alimentos ofertados deverão apresentar consistência pastosa (alimentos bem cozidos, picados e amassados com o garfo) e progredir gradativamente aumentando a consistência. Não adicionar sal, açúcar ou leite de vaca no preparo dos alimentos para as crianças com até 1 ano de idade.

FI= Fórmula infantil | LM= Leite materno (oferta de acordo com o estabelecido nos projetos).

Hidratação: Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 9h, 11h, 13h, 15h e 16h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) - BERÇÁRIO | IDADE: 06 MESES | PERÍODO: INTEGRAL

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
ALMOÇO	Carne moída, cenoura, abobrinha e chuchu	Frango desfiado ou triturado, abobrinha, mandioquinha e chuchu	Carne moída, cenoura e abobrinha	Frango desfiado ou triturado, batata e chuchu	Carne moída, cenoura e abobrinha
LANCHE 2	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 3	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
ALMOÇO	frango desfiado ou triturado, abobrinha e mandioquinha	Carne moída, cenoura e chuchu	Carne moída, batata e chuchu	Frango desfiado ou triturado, com abobrinha e cenoura	Carne moída com batata, brócolis e chuchu
LANCHE 2	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 3	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)

*Frutas: Abacate, Banana-maçã, Maçã, Melão, Mamão e Pera.

OBSERVAÇÕES: As papas salgadas devem ser amassadas (consistência pastosa) e **frutas** devem ser servidas amassadas ou raspadas, de acordo com os sinais de prontidão e aceitação da criança. – Ler orientações de evolução de consistência. De acordo com o Guia Alimentar Brasileiro para crianças menores de 2 anos, a partir dos 6 meses os alimentos ofertados deverão apresentar consistência pastosa (alimentos bem cozidos, picados e amassados com o garfo) e progredir gradativamente aumentando a consistência. Não adicionar sal, açúcar ou leite de vaca no preparo dos alimentos para as crianças com até 1 ano de idade.

FI= Fórmula infantil | LM= Leite materno (oferta de acordo com o estabelecido nos projetos).

Hidratação: Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 9h, 11h, 13h, 15h e 16h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42593
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) - BERÇÁRIO | IDADE: 07 A 11 MESES | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1		Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
ALMOÇO		Arroz papa, feijão bem amassado, frango desfiado ou triturado, abobrinha, mandioquinha e chuchu	Arroz papa, feijão preto bem amassado, carne moída, cenoura e abobrinha	Arroz papa, feijão bem amassado, frango desfiado ou triturado, batata e chuchu	Arroz papa, feijão bem amassado, carne moída, cenoura e abobrinha
LANCHE 2		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR		Papa de carne moída com brócolis, batata e cenoura	Papa de frango desfiado ou triturado com mandioca, cenoura e chuchu	Papa de feijão (feijão, carne moída, mandioquinha, cenoura e abobrinha)	Arroz papa, feijão bem amassado, ovo mexido amassado, batata e chuchu
LANCHE 3		LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
MÉDIA DIÁRIA DE NUTRIENTES: CALORIAS: 519,2kcal CARBOIDRATOS: 71,7g PROTEÍNAS: 17,6g LIPÍDEOS: 18g VIT A: 582mcg VIT C: 73mg CÁLCIO: 255,4mg FERRO: 6mg					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
ALMOÇO	Arroz papa, feijão amassado, frango desfiado ou triturado, abobrinha e mandioquinha	Arroz papa, feijão bem amassado, carne moída, cenoura e chuchu	Arroz papa, feijão preto bem amassado, carne moída, batata e chuchu	Arroz papa, feijão bem amassado, frango desfiado ou triturado, com abobrinha e cenoura	Arroz papa, feijão amassado, carne moída com batata, brócolis e chuchu
LANCHE 2	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR	Papa de fubá com carne moída, cenoura e abobrinha	Papa de frango e legumes (abobrinha, cenoura e mandioca)	Arroz papa com brócolis, cenoura, e frango desfiado ou triturado	Papa de mandioquinha com ovo amassado, cenoura e abobrinha	Papa de frango desfiado ou triturado com legumes (cenoura, mandioca e abobrinha)
LANCHE 3	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 514,6kcal CARBOIDRATOS: 73g PROTEÍNAS: 17,4 g LIPÍDEOS: 17g VIT A: 546mcg VIT C: 64,6mg CÁLCIO: 231,4mg FERRO: 5mg					

*Frutas: Abacate, Banana-maçã, Maçã, Melão, Mamão e Pera.

OBSERVAÇÕES: Os papas salgados devem ser amassados (consistência pastosa) e **frutas** devem ser servidas amassadas ou raspadas, de acordo com a faixa etária, sinais de prontidão e aceitação da criança. – Ler orientações de evolução de consistência. De acordo com o Guia Alimentar Brasileiro para crianças menores de 2 anos, a partir dos 6 meses os alimentos ofertados deverão apresentar consistência pastosa (alimentos bem cozidos, picados e amassados com o garfo) e progredir gradativamente aumentando a consistência. A partir dos 9 meses, os alimentos poderão ser oferecidos levemente amassados ou cortados em pequenos pedaços, respeitando sempre a aceitação e o desenvolvimento da criança. Não adicionar sal, açúcar ou leite de vaca no preparo dos alimentos para as crianças com até 1 ano de idade. **FI= Fórmula infantil | LM= Leite materno** (oferta de acordo com o estabelecido nos projetos). **Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 9h, 11h, 13h, 15h e 16h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"JAU: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) - BERÇÁRIO | IDADE: 07 A 11 MESES | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
ALMOÇO	Polenta, carne moída, cenoura, abobrinha e chuchu	Arroz papa, feijão bem amassado, frango desfiado ou triturado, abobrinha, mandioquinha e chuchu	Arroz papa, feijão preto bem amassado, carne moída, cenoura e abobrinha	Arroz papa, feijão bem amassado, frango desfiado ou triturado, batata e chuchu	Arroz papa, feijão bem amassado, carne moída, cenoura e abobrinha
LANCHE 2	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR	Papa de frango desfiado ou triturado com mandioca, cenoura e abobrinha	Papa de carne moída com brócolis, batata e cenoura	Papa de frango desfiado ou triturado com mandioca, cenoura e chuchu	Papa de feijão (feijão, carne moída, mandioquinha, cenoura e abobrinha)	Arroz papa, feijão bem amassado, ovo mexido amassado, batata e chuchu
LANCHE 3	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 519,2kcal CARBOIDRATOS: 71,7g PROTEÍNAS: 17,6g LIPÍDEOS: 18g VIT A: 582mcg VIT C: 73mg CÁLCIO: 255,4mg FERRO: 6mg					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
LANCHE 1	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta	Papinha de fruta
ALMOÇO	Arroz papa, feijão amassado, frango desfiado ou triturado, abobrinha e mandioquinha	Arroz papa, feijão bem amassado, carne moída, cenoura e chuchu	Arroz papa, feijão preto bem amassado, carne moída, batata e chuchu	Arroz papa, feijão bem amassado, frango desfiado ou triturado, com abobrinha e cenoura	Arroz papa, feijão amassado, carne moída com batata, brócolis e chuchu
LANCHE 2	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
JANTAR	Papa de fubá com carne moída, cenoura e abobrinha	Papa de frango e legumes (abobrinha, cenoura e mandioca)	Arroz papa com brócolis, cenoura, e frango desfiado ou triturado	Papa de mandioquinha com ovo amassado, cenoura e abobrinha	Papa de frango desfiado ou triturado com legumes (cenoura, mandioca e abobrinha)
LANCHE 3	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)	LEITE (Fórmula Inf. ou LM)
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: 514,6kcal CARBOIDRATOS: 73g PROTEÍNAS: 17,4g LIPÍDEOS: 17g VIT A: 546mcg VIT C: 64,6mg CÁLCIO: 231,4mg FERRO: 5mg					

*Frutas: Abacate, Banana-maçã, Maçã, Melão, Mamão e Pera.

OBSERVAÇÕES: Os papas salgados devem ser amassados (consistência pastosa) e **frutas** devem ser servidas amassadas ou raspadas, de acordo com a faixa etária, sinais de prontidão e aceitação da criança. – Ler orientações de evolução de consistência. De acordo com o Guia Alimentar Brasileiro para crianças menores de 2 anos, a partir dos 6 meses os alimentos ofertados deverão apresentar consistência pastosa (alimentos bem cozidos, picados e amassados com o garfo) e progredir gradativamente aumentando a consistência. A partir dos 9 meses, os alimentos poderão ser oferecidos levemente amassados ou cortados em pequenos pedaços, respeitando sempre a aceitação e o desenvolvimento da criança. Não adicionar sal, açúcar ou leite de vaca no preparo dos alimentos para as crianças com até 1 ano de idade. **FI= Fórmula infantil** | **LM= Leite materno** (oferta de acordo com o estabelecido nos projetos). **Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 9h, 11h, 13h, 15h e 16h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



“JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO”



“RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL”



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) - CRECHE | IDADE: 1 a 3 anos | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ		Mingau de aveia com banana	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO		Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
LANCHE 1		Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%
JANTAR		Polenta mole com polpa de tomate e carne moída Salada de folhas (alface e couve)	Sopa de legumes (macarrão, frango, batata, cenoura, mandioquinha e abobrinha)	Sopa de feijão (macarrão, feijão, carne moída, batata, cenoura, mandioquinha e chuchu)	Arroz com cenoura e abobrinha, feijão e ovos mexidos
LANCHE 2		Fruta	Fruta		Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 713,6kcal CARBOIDRATOS: 104,6g PROTEÍNAS: 23,4g LIPÍDEOS: 22,4g VIT A: 377mcg VIT C: 55,6mg CÁLCIO: 435mg FERRO: 3,4mg					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Mingau de aveia com cacau	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com almôndegas de frango com ora-pro-nóbis Salada de repolho Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
LANCHE 1	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída com brócolis e mandioquinha	Sopa canja (arroz, frango, batata, cenoura, chuchu e abobrinha)	Arroz, feijão e omelete Salada de alface com tomate	Sopa de mandioca com carne em tiras, cenoura e couve	Arroz, feijão e frango desfiado com cenoura Salada de tomate
LANCHE 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 712kcal CARBOIDRATOS: 104,2g PROTEÍNAS: 23,4g LIPÍDEOS: 22,4g VIT A: 368mcg VIT C: 55mg CÁLCIO: 435mg FERRO: 3,3mg					

*Frutas: Abacaxi, abacate, Banana, Laranja, Maçã, Melão, Mamão, Melancia e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições.
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
 - Horários para oferecer as refeições: 7h30, 10h30, 13h e 15h30. Os horários podem variar de acordo com



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



a necessidade de turnos da unidade
"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACK"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



- De acordo com as Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020 - Não adicionar açúcar nas preparações para crianças até 3 anos de idade.

SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) - CRECHE | IDADE: 1 a 3 anos | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Mingau de aveia com banana	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão à bolonhesa (polpa de tomate e carne moída) Salada de repolho com cenoura Fruta	Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
LANCHE 1	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%
JANTAR	Arroz com brócolis e cenoura, feijão e filezinho de frango	Polenta mole com polpa de tomate e carne moída Salada de folhas (alface e couve)	Sopa de legumes (macarrão, frango, batata, cenoura, mandioquinha e abobrinha)	Sopa de feijão (macarrão, feijão, carne moída, batata, cenoura, mandioquinha e chuchu)	Arroz com cenoura e abobrinha, feijão e ovos mexidos
LANCHE 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 713,6kcal CARBOIDRATOS: 104,6g PROTEÍNAS: 23,4g LIPÍDEOS: 22,4g VIT A: 377mcg VIT C: 55,6mg CÁLCIO: 435mg FERRO: 3,4mg					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Mingau de aveia com cacau	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com carne em tiras Salada de repolho Fruta	Arroz e bife a rolê com cenoura e vagem com molho (polpa de tomate) Salada de alface	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
LANCHE 1	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%	Leite com cacau 100%
JANTAR	Arroz, feijão, carne moída com brócolis e mandioquinha	Sopa canja (arroz, frango, batata, cenoura, chuchu e abobrinha)	Arroz, feijão e omelete Salada de alface com tomate	Sopa de mandioca com carne em tiras, cenoura e couve	Arroz, feijão e frango desfiado com cenoura Salada de tomate
LANCHE 2	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 708,6 kcal CARBOIDRATOS: 103,6g PROTEÍNAS: 23,6g LIPÍDEOS: 22,2g VIT A: 323mcg VIT C: 51,4mg CÁLCIO: 418mg FERRO: 3,2mg					

*Frutas: Abacaxi, abacate, Banana, Laranja, Maçã, Melão, Mamão, Melancia e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h30, 10h30, 13h e 15h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI N.

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42.533
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



- De acordo com as Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020 - Não adicionar açúcar nas preparações para crianças até 3 anos de idade.

SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) - CRECHE | IDADE: 1 a 3 anos | PERÍODO: REGULAR

Planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
LANCHE		Mingau de aveia com banana	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA		Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 320kcal CARBOIDRATOS: 45,6g PROTEÍNAS: 11g LIPÍDEOS: 10g VIT A: 280mcg VIT C: 24mg CÁLCIO: 176mg FERRO: 2,4mg					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Mingau de aveia com cacau	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com almôndegas de frango com ora-pro-nóbis Salada de repolho Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 321,3kcal CARBOIDRATOS: 46,1g PROTEÍNAS: 10,8g LIPÍDEOS: 10,6g VIT A: 177mcg VIT C: 21,5mg CÁLCIO: 157mg FERRO: 1,8mg					

*Frutas: Abacaxi, abacate, Banana, Laranja, Maçã, Melão, Mamão, Melancia e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.
- De acordo com as Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020 - Não adicionar açúcar nas preparações para crianças até 3 anos de idade.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) - CRECHE | IDADE: 1 a 3 anos | PERÍODO: REGULAR

Planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Mingau de aveia com banana	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão à bolonhesa (polpa de tomate e carne moída) Salada de repolho com cenoura Fruta	Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 320kcal CARBOIDRATOS: 45,6g PROTEÍNAS: 11g LIPÍDEOS: 10g VIT A: 280mcg VIT C: 24mg CÁLCIO: 176mg FERRO: 2,4mg					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Mingau de aveia com cacau	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com carne em tiras Salada de repolho Fruta	Arroz e bife a rolê com cenoura e vagem com molho (polpa de tomate) Salada de alface	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 312kcal CARBOIDRATOS: 44,3g PROTEÍNAS: 10,6g LIPÍDEOS: 9,6g VIT A: 171mcg VIT C: 23mg CÁLCIO: 168mg FERRO: 2,2mg					

*Frutas: Abacaxi, abacate, Banana, Laranja, Maçã, Melão, Mamão, Melancia e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- **Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.
- De acordo com as Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020 - Não adicionar açúcar nas preparações para crianças até 3 anos de idade.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) IDADE: 3 A 5 ANOS | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ		Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO		Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha)
LANCHE 1		Mingau de aveia com cacau	Fruta	Frutas com iogurte integral natural	Fruta
LANCHE 2		Quibe de forno com requeijão Fruta	Torta de frango com legumes	Sanduíche de lagarto desfiado	Leite com cacau 100% Bolo de fubá
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 974,2kcal CARBOIDRATOS:140g PROTEÍNAS:32g LIPÍDEOS:31,8g					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com almôndegas de frango com oração-pro-nóbis Salada de repolho Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
LANCHE 1	Vitamina de abacate	Mingau de aveia com banana	Fruta	Frutas com iogurte integral natural	Fruta
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de laranja	Torta de carne moída com legumes	Leite com cacau 100% Bolo simples	Sanduíche de ovos mexidos Fruta	Torta de frango com requeijão e legumes
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 959,8kcal CARBOIDRATOS:132,7g PROTEÍNAS: 33g LIPÍDEOS: 32,8g					

*Frutas: Abacate, Abacaxi, Banana, Laranja, Melão, Mamão, Melancia, Maçã e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- **Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h30, 10h30, 13h e 15h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) IDADE: 3 A 5 ANOS | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão à bolonhesa (polpa de tomate e carne moída) Salada de repolho com cenoura Fruta	Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha)
LANCHE 1	Vitamina de fruta	Mingau de aveia com cacau	Fruta	Frutas com iogurte integral natural	Fruta
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de chocolate com aveia	Quibe de forno com requeijão Fruta	Torta de frango com legumes	Sanduíche de lagarto desfiado	Leite com cacau 100% Bolo de fubá
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 974,2kcal CARBOIDRATOS:140g PROTEÍNAS:32g LIPÍDEOS:31,8g					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com carne em tiras Salada de repolho Fruta	Arroz e bife a rolê com cenoura e vagem com molho (polpa de tomate) Salada de alface	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
LANCHE 1	Vitamina de abacate	Mingau de aveia com banana	Fruta	Frutas com iogurte integral natural	Fruta
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de laranja	Torta de carne moída com legumes	Leite com cacau 100% Bolo simples	Sanduíche de ovos mexidos Fruta	Torta de frango com requeijão e legumes
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 987kcal CARBOIDRATOS: 141g PROTEÍNAS: 30,6g LIPÍDEOS: 32g					

*Frutas: Abacate, Abacaxi, Banana, Laranja, Melão, Mamão, Melancia, Maçã e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- **Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h30, 10h30, 13h e 15h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAU: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS -

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) IDADE: 3 A 5 ANOS | PERÍODO: REGULAR

Planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
LANCHE		Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA		Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 440kcal CARBOIDRATOS: 66g PROTEÍNAS: 14,4g LIPÍDEOS: 13,2g					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com almôndegas de frango com ora-pro-nóbis Salada de repolho Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 418kcal CARBOIDRATOS: 62,4g PROTEÍNAS: 13,8g LIPÍDEOS: 14g					

*Frutas: Abacaxi, Banana, Melão, Mamão, Melancia, Maçã e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- **Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EDUCAÇÃO INFANTIL (CMEI) IDADE: 3 A 5 ANOS | PERÍODO: REGULAR

Planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão à bolonhesa (polpa de tomate e carne moída) Salada de repolho com cenoura Fruta	Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 440kcal CARBOIDRATOS: 66g PROTEÍNAS: 14,4g LIPÍDEOS: 13,2g					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com carne em tiras Salada de repolho Fruta	Arroz e bife a rolê com cenoura e vagem com molho (polpa de tomate) Salada de alface	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 441kcal CARBOIDRATOS: 63g PROTEÍNAS: 14,4g LIPÍDEOS: 12,6 g					

*Frutas: Abacaxi, Banana, Melão, Mamão, Melancia, Maçã e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- **Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Barbara T. Reale
Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO FUNDAMENTAL (CICLO I) | IDADE: 6 A 10 ANOS | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ		Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
LANCHE 1		Mingau de aveia com banana	Fruta	Frutas com iogurte integral natural	Fruta
ALMOÇO		Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha)
LANCHE 2		Quibe de forno com requeijão Fruta	Torta de frango com legumes	Sanduíche de lagarto desfiado	Leite com cacau 100% Bolo de fubá
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1177kcal CARBOIDRATOS:167g PROTEÍNAS:40,6g LIPÍDEOS:37,8g					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
LANCHE 1	Vitamina de fruta	Mingau de aveia com cacau	Fruta	Frutas com iogurte integral natural	Fruta
ALMOÇO	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com almôndegas de frango com oração-pro-nóbis Salada de repolho Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de laranja	Torta de carne moída com legumes	Leite com cacau 100% Bolo simples	Sanduíche de ovos mexidos Fruta	Torta de frango com requeijão e legumes
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1171 kcal CARBOIDRATOS: 164,1g PROTEÍNAS: 42g LIPÍDEOS: 39,9g					

*Frutas: Abacate, Abacaxi, Banana, Laranja, Melão, Mamão, Melancia, Maçã e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h30, 10h30, 13h e 15h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO FUNDAMENTAL (CICLO I) | IDADE: 6 A 10 ANOS | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
LANCHE 1	Vitamina de abacate	Mingau de aveia com banana	Fruta	Frutas com iogurte integral natural	Fruta
ALMOÇO	Macarrão à bolonhesa (polpa de tomate e carne moída) Salada de repolho com cenoura Fruta	Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha)
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de chocolate com aveia	Quibe de forno com requeijão Fruta	Torta de frango com legumes	Sanduíche de lagarto desfiado	Leite com cacau 100% Bolo de fubá
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1177kcal CARBOIDRATOS:167g PROTEÍNAS:40,6g LIPÍDEOS:37,8g					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pãozinho de batata com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
LANCHE 1	Vitamina de fruta	Mingau de aveia com cacau	Fruta	Frutas com iogurte integral natural	Fruta
ALMOÇO	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com carne em tiras Salada de repolho Fruta	Arroz e bife a rolê com cenoura e vagem com molho (polpa de tomate) Salada de alface	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de laranja	Torta de carne moída com legumes	Leite com cacau 100% Bolo simples	Sanduíche de ovos mexidos Fruta	Torta de frango com requeijão e legumes
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1179kcal CARBOIDRATOS: 166,4g PROTEÍNAS: 40,8g LIPÍDEOS: 37,2g					

*Frutas: Abacate, Abacaxi, Banana, Laranja, Melão, Mamão, Melancia, Maçã e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h30, 10h30, 13h e 15h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO FUNDAMENTAL (CICLO I) | IDADE: 6 A 10 ANOS | PERÍODO: REGULAR

Planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
LANCHE		Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA		Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 498kcal CARBOIDRATOS: 69,2g PROTEÍNAS: 17,8g LIPÍDEOS: 15g					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com almôndegas de frango com ora-pro-nóbis Salada de repolho Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 501kcal CARBOIDRATOS: 70g PROTEÍNAS: 17,8g LIPÍDEOS: 15g					

*Frutas: Banana, Melão, Mamão, Melancia e Maçã.

OBSERVAÇÕES:

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO FUNDAMENTAL (CICLO I) | IDADE: 6 A 10 ANOS | PERÍODO: REGULAR

Planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão à bolonhesa (polpa de tomate e carne moída) Salada de repolho com cenoura Fruta	Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 498kcal CARBOIDRATOS: 69,2g PROTEÍNAS: 17,8g LIPÍDEOS: 15g					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com carne em tiras Salada de repolho Fruta	Arroz e bife a rolê com cenoura e vagem com molho (polpa de tomate) Salada de alface	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 505kcal CARBOIDRATOS: 70,2g PROTEÍNAS: 17,8g LIPÍDEOS: 15g					

*Frutas: Banana, Melão, Mamão, Melancia e Maçã.

OBSERVAÇÕES:

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO FUNDAMENTAL (CICLO II) | IDADE: 11 A 15 ANOS | PERÍODO: REGULAR

Planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
LANCHE		Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA		Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 729kcal CARBOIDRATOS: 102g PROTEÍNAS: 24g LIPÍDEOS: 20,8g					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com almôndegas de frango com ora-pro-nóbis Salada de repolho Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 735,6kcal CARBOIDRATOS: 103,4g PROTEÍNAS: 25g LIPÍDEOS: 20g					

*Frutas: Banana, Melancia, Maçã, Melão e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO FUNDAMENTAL (CICLO II) | IDADE: 11 A 15 ANOS | PERÍODO: REGULAR

Planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão à bolonhesa (polpa de tomate e carne moída) Salada de repolho com cenoura Fruta	Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 729kcal CARBOIDRATOS: 102g PROTEÍNAS: 24g LIPÍDEOS: 20,8g					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com carne em tiras Salada de repolho Fruta	Arroz e bife a rolê com cenoura e vagem com molho (polpa de tomate) Salada de alface	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 744,4kcal CARBOIDRATOS: 103,6g PROTEÍNAS: 25g LIPÍDEOS: 21g					

*Frutas: Banana, Melancia, Maçã, Melão e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO FUNDAMENTAL (CICLO II - ESTADUAL) | IDADE: 11 A 15 ANOS | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ		Fruta	Fruta	Pão de leite com manteiga	Fruta
LANCHE 1		Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural com aveia	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO		Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha)
LANCHE 2		Quibe de forno com requeijão Fruta	Torta de frango com legumes	Sanduíche de lagarto desfiado	Leite com cacau 100% Bolo de fubá
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1689kcal CARBOIDRATOS: 234g PROTEÍNAS: 57g LIPÍDEOS: 50g					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Pão de leite com manteiga	Fruta
LANCHE 1	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural com aveia	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com almôndegas de frango com ora- pro-nóbis Salada de repolho Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de laranja	Torta de carne moída com legumes	Leite com cacau 100% Bolo simples	Sanduíche de ovos mexidos Fruta	Torta de frango com requeijão e legumes
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1695kcal CARBOIDRATOS: 236g PROTEÍNAS: 57g LIPÍDEOS: 51g					

*Frutas: Abacate, Banana, Laranja, Melancia, Maçã, Melão e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h30, 10h30, 13h e 15h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIC"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO FUNDAMENTAL (CICLO II - ESTADUAL) | IDADE: 11 A 15 ANOS | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Pão de leite com manteiga	Fruta
LANCHE 1	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural com aveia	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão à bolonhesa (polpa de tomate e carne moída) Salada de repolho com cenoura Fruta	Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha)
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de chocolate com aveia	Quibe de forno com requeijão Fruta	Torta de frango com legumes	Sanduíche de lagarto desfiado	Leite com cacau 100% Bolo de fubá
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1689kcal CARBOIDRATOS: 234g PROTEÍNAS: 57g LIPÍDEOS: 50g					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Pão de leite com manteiga	Fruta
LANCHE 1	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural com aveia	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com carne em tiras Salada de repolho Fruta	Arroz e bife a rolê com cenoura e vagem com molho (polpa de tomate) Salada de alface	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de laranja	Torta de carne moída com legumes	Leite com cacau 100% Bolo simples	Sanduíche de ovos mexidos Fruta	Torta de frango com requeijão e legumes
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1698 kcal CARBOIDRATOS: 236g PROTEÍNAS: 58g LIPÍDEOS: 52g					

*Frutas: Abacate, Banana, Laranja, Melancia, Maçã, Melão e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h30, 10h30, 13h e 15h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI N

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO MÉDIO | IDADE: 16 A 18 ANOS | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ		Fruta	Fruta	Pão de leite com manteiga	Fruta
LANCHE 1		Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural com aveia	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO		Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha)
LANCHE 2		Quibe de forno com requeijão Fruta	Torta de frango com legumes	Sanduíche de lagarto desfiado	Leite com cacau 100% Bolo de fubá
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1936kcal CARBOIDRATOS: 271g PROTEÍNAS: 65g LIPÍDEOS: 58g					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Pão de leite com manteiga	Fruta
LANCHE 1	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural com aveia	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com almôndegas de frango com or- pro-nóbis Salada de repolho Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de chocolate com aveia	Torta de carne moída com legumes	Leite com cacau 100% Bolo simples	Sanduíche de ovos mexidos Fruta	Torta de frango com requeijão e legumes
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1942kcal CARBOIDRATOS: 273g PROTEÍNAS: 66g LIPÍDEOS: 59g					

*Frutas: Abacate, Banana, Laranja, Melancia, Maçã, Melão e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h30, 10h30, 13h e 15h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERI"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO MÉDIO | IDADE: 16 A 18 ANOS | PERÍODO: INTEGRAL

Planejado para atender 70% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Pão de leite com manteiga	Fruta
LANCHE 1	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural com aveia	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão à bolonhesa (polpa de tomate e carne moída) Salada de repolho com cenoura Fruta	Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha)
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de chocolate com aveia	Quibe de forno com requeijão Fruta	Torta de frango com legumes	Sanduíche de lagarto desfiado	Leite com cacau 100% Bolo de fubá
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1936kcal CARBOIDRATOS: 271g PROTEÍNAS: 65g LIPÍDEOS: 58g					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
CAFÉ DA MANHÃ	Fruta	Fruta	Fruta	Pão de leite com manteiga	Fruta
LANCHE 1	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Frutas com iogurte integral natural com aveia	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
ALMOÇO	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com carne em tiras Salada de repolho Fruta	Arroz e bife a rolê com cenoura e vagem com molho (polpa de tomate) Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
LANCHE 2	Leite com cacau 100% Bolo simples de laranja	Torta de carne moída com legumes	Leite com cacau 100% Bolo simples	Sanduíche de ovos mexidos Fruta	Torta de frango com requeijão e legumes
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 1946kcal CARBOIDRATOS: 274g PROTEÍNAS: 67g LIPÍDEOS: 59g					

*Frutas: Abacate, Banana, Laranja, Melancia, Maçã, Melão e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h30, 10h30, 13h e 15h30. Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.
-

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO MÉDIO | IDADE: 16 A 18 ANOS | PERÍODO: REGULAR

Planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
LANCHE		Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA		Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 846kcal CARBOIDRATOS: 117g PROTEÍNAS: 28g LIPÍDEOS: 18g					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com almôndegas de frango com ora-pro-nóbis Salada de repolho Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 849kcal CARBOIDRATOS: 118g PROTEÍNAS: 29g LIPÍDEOS: 18g					

*Frutas: Banana, Melancia, Maçã, Melão e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- **Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: ENSINO MÉDIO | IDADE: 16 A 18 ANOS | PERÍODO: REGULAR

Planejado para atender 30% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão à bolonhesa (polpa de tomate e carne moída) Salada de repolho com cenoura Fruta	Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 846kcal CARBOIDRATOS: 117g PROTEÍNAS: 28g LIPÍDEOS: 18g					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
LANCHE	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de cenoura com requeijão	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga	Leite com cacau 100% Pão de leite com manteiga
MERENDA	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com carne em tiras Salada de repolho Fruta	Arroz e bife a rolê com cenoura e vagem com molho (polpa de tomate) Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 851kcal CARBOIDRATOS: 118g PROTEÍNAS: 29g LIPÍDEOS: 19g					

*Frutas: Banana, Melancia, Maçã, Melão e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- **Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533
Barbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EJA | ENSINO MÉDIO NOTURNO | ENSINO TÉCNICO | PERÍODO: REGULAR NOTURNO

Planejado para atender 20% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 07/09/2026 - FERIADO	3ª Feira 08/09/2026	4ª Feira 09/09/2026	5ª Feira 10/09/2026	6ª Feira 11/09/2026
JANTAR		Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 565kcal CARBOIDRATOS: 78g PROTEÍNAS: 19g LIPÍDEOS: 16g					

Refeição	2ª Feira 14/09/2026	3ª Feira 15/09/2026	4ª Feira 16/09/2026	5ª Feira 17/09/2026	6ª Feira 18/09/2026
JANTAR	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com almôndegas de frango com ora-pro-nóbis Salada de repolho Fruta	Arroz, feijão e carne em tiras Salada de alface com cenoura ralada	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 568kcal CARBOIDRATOS: 79g PROTEÍNAS: 19g LIPÍDEOS: 17g					

*Frutas: Banana, Melancia, Maçã, Melão e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- **Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"



PREFEITURA DA ESTÂNCIA TURÍSTICA DE JAHU
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO DAE
SETEMBRO 2026



SEGMENTO: EJA | ENSINO MÉDIO NOTURNO | ENSINO TÉCNICO | PERÍODO: REGULAR NOTURNO

Planejado para atender 20% das necessidades nutricionais diárias, conforme disposto nas Resoluções do FNDE nº 06 e 02 de 2020

Refeição	2ª Feira 21/09/2026	3ª Feira 22/09/2026	4ª Feira 23/09/2026	5ª Feira 24/09/2026	6ª Feira 25/09/2026
JANTAR	Macarrão à bolonhesa (polpa de tomate e carne moída) Salada de repolho com cenoura Fruta	Arroz, feijão e filé de frango com tomate Salada de alface	Arroz, feijão preto, lombo e farofa de farinha de mandioca com cenoura com couve Fruta	Arroz, feijão e coxa e sobrecoxa com batata Salada de brócolis com tomate	Arroz, feijão e carne em tiras com legumes (cenoura, chuchu e abobrinha) Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 565kcal CARBOIDRATOS: 78g PROTEÍNAS: 19g LIPÍDEOS: 16g					

Refeição	2ª Feira 28/09/2026	3ª Feira 29/09/2026	4ª Feira 30/09/2026	5ª Feira 01/10/2026	6ª Feira 02/10/2026
JANTAR	Macarrão ao sugo (polpa de tomate) com carne em tiras Salada de repolho Fruta	Arroz e bife a rolê com cenoura e vagem com molho (polpa de tomate) Salada de alface	Arroz, feijão preto e lombo com batata Salada de mix de folhas (alface, couve e repolho) Fruta	Arroz, feijão e filezinho de frango Salada de pepino com tomate	Arroz, feijão e lagarto fatiado com molho de tomate Salada de brócolis com cenoura Fruta
MÉDIA SEMANAL DE NUTRIENTES: CALORIAS: 560kcal CARBOIDRATOS: 78g PROTEÍNAS: 20g LIPÍDEOS: 17g					

*Frutas: Banana, Melancia, Maçã, Melão e Pera.

OBSERVAÇÕES:

- **Hidratação:** Deve-se oferecer à criança de forma constante, água filtrada ou fervida, principalmente nos intervalos entre as refeições
- A oferta das frutas poderá variar de acordo com grau de maturação, sazonalidade e disponibilidade.
- Horários para oferecer as refeições: 7h, 10h (matutino); 13h e 15h (vespertino). Os horários podem variar de acordo com a necessidade de turnos da unidade escolar.

Barbara T. Reale
Nutricionista
CRN 42533

Bárbara Thais Reale
Nutricionista Responsável Técnica
CRN3: 42.533



"JAÚ: CAPITAL DO CALÇADO FEMININO"



"RIBEIRO DE BARROS - HERÓI NACIONAL"