



Alimentação Escolar

EM Pref. João Floriani Ensino Fundamental

Zona urbana
Faixa etária: 6-10 anos
11-15 anos

20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL
30% das necessidades nutricionais diárias - CONTRATURNO

2026

	Segunda - Feira	21-set	Terça - Feira	22-set	Quarta - Feira	23-set	Quinta - Feira	24-set	Sexta - Feira	25-set	Média	%
Lanche da Manhã 2ª - 9:14h 3ª-6ª - 8:50H Lanche da Tarde 2ª - 15:09h 3ª-6ª - 15:30h	"Cachorro-quente" de frango Pão francês com molho de frango desfiado Fruta (mamão)		Feijão Preto cozido Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de alface e couve-flor cozido Fruta (laranja ou tangerina)		Polenta cozida Peixe ensopado com molho de tomate feito na escola Abobrinha refogada Salada de repolho branco e roxo Fruta (maçã)		Risoto de carne (servir separadamente o arroz cozido e o carne em cubos refogada com legumes e tempero verde) Salada de cenoura ralada e beterraba Salada de brócolis cozido Fruta (melancia ou melão)		Macarrão cozido (tipo penne ou rigattonni) Frango ao molho (peito de frango desfiado e refogados com legumes) Salada de vagem Salada de tomate Fruta (banana)			
Almoço (11:30h)	Macarrão integral cozido Carne moída refogada com molho de tomate Abobrinha refogada Salada alface		Aipim cozido Opção: Arroz integral cozido Frango ao molho Salada de brócolis Salada de cenoura		Feijão vermelho ou carioca Arroz cozido Carne moída refogada ou Bolo de carne moída assado Farofa de couve Salada mista de acelga		Purê de batata Opção: Arroz integral cozido Frango refogado com legumes Salada de couve-flor Salada de Repolho		Polenta recheada com carne moída ao molho e gratinada com queijo Opção: Arroz integral cozido; polenta cozida sem molho e carne moída à parte Salada de beterraba Salada de repolho			

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.
Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.



Alimentação Escolar

EM Pref. João Floriani Ensino Fundamental

Zona urbana
Faixa etária: 6-10 anos
11-15 anos

20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL
30% das necessidades nutricionais diárias - CONTRATURNO

2026

	Segunda - Feira	28-set	Terça - Feira	29-set	Quarta - Feira	30-set	Quinta - Feira	1-out	Sexta - Feira	2-out	Média	%
Lanche da Manhã 2ª - 9:14h 3ª-6ª - 8:50H Lanche da Tarde 2ª - 15:09h 3ª-6ª - 15:30h	Leite com café (Leite com café coado e açúcar mascavo) ou Mascav (Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo)		Batata doce cozida		Feijão preto		Polenta cozida		Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha			
	Pão com doce 100% fruta		Opção: Arroz integral cozido		Arroz cozido		Carne moída refogada com legumes e molho de tomate					
	Pão com doce 100% fruta (Pão de mistura com manteiga e doce de banana)	Frango ao molho (coxa/sobrecoxa de frango refogada em pedaços)		Omelete de espinafre		Salada de Beterraba						
	Salada de beterraba e salada de alface		Salada de vagem		Salada de brócolis e couve-flor							
	Fruta (banana)		Fruta (melancia ou melão)		Fruta (laranja ou tangerina)		Fruta (mamão)		Fruta (maçã)			
Almoço (11:30h)	Purê de taiá com cenoura		Feijão Preto		Lentilha cozida		Polenta cozida		Feijão vermelho ou carioca			
	Opção: Arroz integral cozido		Arroz cozido		Arroz cozido		Opção: Arroz integral cozido		Arroz cozido			
	Peito de frango refogado ao molho		Carne em tiras com legumes		Bolo de carne moída assado		Frango assado		Carne moída refogada ou Bolo de carne moída assado			
	Salada de chuchu	Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura)		Couve refogada com espinafre		Molho de tomate feito na escola		Farofa de couve				
	Salada de brócolis	Salada de couve-flor		Salada de cenoura		Salada de beterraba		Salada mista de repolho				

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.
Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.



Alimentação Escolar

EM Pref. João Floriani Ensino Fundamental

Zona urbana
Faixa etária: 6-10 anos
11-15 anos

20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL
30% das necessidades nutricionais diárias - CONTRATURNO

2026

	Segunda - Feira	5-out	Terça - Feira	6-out	Quarta - Feira	7-out	Quinta - Feira	8-out	Sexta - Feira	9-out	Média	%
Lanche da Manhã 2ª - 9:14h 3ª-6ª - 8:50H Lanche da Tarde 2ª - 15:09h 3ª-6ª - 15:30h	Sanduíche de pão com queijo (pão francês com manteiga e/ou queijo muçarela)		Macarrão integral cozido Carne moída <i>refogada com legumes e molho de tomate</i> Salada de tomate Salada de alface Fruta (banana)		Polenta cozida Frango ao molho (peito de frango desfiado e refogados com legumes) Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor Fruta (mamão)		Purê de batata ou batata sauté <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Peixe ensopado com molho de tomate Salada de repolho branco e roxo Fruta (laranja ou tangerina)		Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada) Salada de vagem Fruta (maçã)			
Almoço (11:30h)	Escondidinho de batata <i>recheada com carne moída ao molho e gratinada com queijo</i> <i>Opção: Arroz integral cozido; arroz cozido sem molho e carne moída à parte</i> Salada de alface Salada de cenoura		Feijão vermelho Arroz cozido Carne de Panela Salada de abobrinha Salada de chuchu		Sopa de legumes (legumes variados; macarrão tipo "alfabeto"; peito de frango) Torradinhas de pão		Batata cozida c/ <i>tempero verde</i> <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Filé de peixe assado com creme de milho OU Pastelão de peixe assado Salada de repolho		Macarrão integral cozido Peito de frango <i>refogado ao molho</i> Abóbora refogada ou purê de abóbora Salada de beterraba			

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.
Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.



Alimentação Escolar

EM Pref. João Floriani Ensino Fundamental

Zona urbana
Faixa etária: 6-10 anos
11-15 anos

20% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO PARCIAL
30% das necessidades nutricionais diárias - CONTRATURNO

2026

	Segunda - Feira	12-out	Terça - Feira	13-out	Quarta - Feira	14-out	Quinta - Feira	15-out	Sexta - Feira	16-out	Média	%
Lanche da Manhã 2ª - 9:14h 3ª-6ª - 8:50H Lanche da Tarde 2ª - 15:09h 3ª-6ª - 15:30h	FERIADO		Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moída)		Aipim cozido <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Carne de Panela Salada de chuchu Salada de cenoura Fruta (laranja)		Feijão Preto Arroz cozido Omelete de espinafre Salada de vagem Salada de tomate Fruta (maçã)		RECESSO ESCOLAR			
Almoço (11:30h)			Macarrão integral cozido Peito de frango refogado ao molho Abóbora refogada ou purê de abóbora Salada de beterraba		Feijão Preto Arroz cozido Omelete Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura) Salada de couve-flor		Aipim cozido <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Frango ao molho Salada de brócolis Salada de pepino					

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutas e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.
Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.