



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	16-nov	Terça - Feira	17-nov	Quarta - Feira	18-nov	Quinta - Feira	19-nov	Sexta - Feira	20-nov	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)		FERIADO			
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					

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	23-nov	Terça - Feira	24-nov	Quarta - Feira	25-nov	Quinta - Feira	26-nov	Sexta - Feira	27-nov	Média	%
Lanche da Manhã 2ª - 9:14h 3ª-6ª - 8:50H Lanche da Tarde 2ª - 15:09h 3ª-6ª - 15:30h	Leite com café <i>(Leite com café coado e açúcar mascavo)</i> ou Mascáu <i>(Leite com chocolate em pó e açúcar mascavo)</i>		Batata doce cozida <i>Opção: Arroz integral cozido</i>		Feijão preto Arroz cozido		Polenta cozida <i>Carne moída refogada com legumes e molho de tomate</i>		Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha			
	Pão com doce 100% fruta <i>(Pão de mistura com manteiga e doce de banana)</i>		Frango ao molho <i>(coxa/sobrecoxa de frango refogada em pedaços)</i> Salada de beterraba e salada de alface		Omelete de espinafre Salada de vagem		Salada de Beterraba Salada de brócolis e couve-flor					
	Fruta <i>(banana)</i>		Fruta <i>(melancia ou melão)</i>		Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>		Fruta <i>(mamão)</i>		Fruta <i>(maçã)</i>			
Almoço (11:30h)	Purê de taiá com cenoura <i>Opção: Arroz integral cozido</i>		Feijão Preto Arroz cozido		Lentilha cozida Arroz cozido		Polenta cozida <i>Opção: Arroz integral cozido</i>		Feijão vermelho ou carioca Arroz cozido			
	Peito de frango <i>refogado ao molho</i> Salada de chuchu		Carne em tiras com legumes <i>Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura)</i>		Bolo de carne moída assado Couve refogada com espinafre		Frango assado <i>Molho de tomate feito na escola</i>		<i>Carne moída refogada ou Bolo de carne moída assado</i> 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	30-nov	Terça - Feira	1-dez	Quarta - Feira	2-dez	Quinta - Feira	3-dez	Sexta - Feira	4-dez	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 <i>com molho de tomate</i> 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 <i>c/ tempero verde</i> <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Filé de peixe assado <i>com creme de milho</i> 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	7-dez	Terça - Feira	8-dez	Quarta - Feira	9-dez	Quinta - Feira	10-dez	Sexta - Feira	11-dez	Média	%
Lanche da Manhã 2ª - 9:14h 3ª-6ª - 8:50H Lanche da Tarde 2ª - 15:09h 3ª-6ª - 15:30h	Buraco Negro (Pão tipo francês com molho de carne moida) Fruta (laranja)	FERIADO	Aipim cozido		Sopa de legumes (macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)		Feijão Preto					
			Opção: Arroz integral cozido				Arroz cozido					
			Carne de Panela				Omelete de espinafre					
			Salada de chuchu				Salada de vagem					
			Salada de cenoura				Salada de tomate					
			Fruta (banana)				Fruta (melancia)					
Almoço (11:30h)	Polenta cozida		Feijão Preto		Aipim cozido		Feijão vermelho ou carioca					
	Opção: Arroz integral cozido		Arroz cozido		Opção: Arroz integral cozido		Arroz cozido					
	Carne moida refogada ou Bolo de carne moida assado		Omelete		Frango ao molho		Carne moida refogada ou Bolo de carne moida assado					
	Molho de tomate feito na escola		Farofa colorida (farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura)		Salada de brócolis		Farofa de couve					
	Salada de cenoura		Salada de couve-flor		Salada de pepino		Salada mista de repolho					

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrúts 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.