



Alimentação Escolar

Pref. João Floriani Creche

Zona rural
Faixa etária das turmas acima 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAIS
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2026

	Segunda - Feira	16-nov	Terça - Feira	17-nov	Quarta - Feira	18-nov	Quinta - Feira	19-nov	Sexta - Feira	20-nov	Média	%
Almoço 9h30min Jantar 15h	Macarrão cozido		Aipim cozido		Feijão vermelho ou carioca		Risoto de carne (servir separadamente o arroz cozido e o carne em cubos refogada com legumes e tempero verde)		FERIADO			
	Carne moída refogada com molho de tomate		Opção: Arroz integral cozido		Arroz cozido		Salada de cenoura cozida					
	Abobrinha refogada		Frango ao molho		Carne moída refogada ou Bolo de carne moída assado		Salada de brócolis cozido					
	Salada alface		Salada de brócolis		Farofa de couve							
			Salada de cenoura		Salada mista de acelga							
Lanche 13:30h			Waffle de pão de queijo saudável feito na escola Obs.: Fazer a receita de pão de queijo e colocar na máquina de Waffle (pág. 54 ou pág. 68 do livro de receitas)		Pão com doce 100% frutas orgânicas e sem açúcar adicionado (pão de mistura com geleia 100% frutas orgânicas (morango com tâmara ou banana, sem açúcar adicionado e/ou manteiga)		Sanduíche de Queijo (Pão de mistura com requeijão saudável (pág. 43 do livro de receitas) e queijo mussarela fatiado Obs.: Oferecer só pão com o requeijão saudável ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.					
	Rosquinha de polvilho											
	Leite morno com baunilha											
	Fruta (banana amassada ou em pedaços)		Fruta (mamão amassado ou em pedaços)		Fruta (manga amassada ou em pedaços)		Fruta (pera raspada ou em pedaços)					

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.

Oferecer entre as refeições água para as crianças.

Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.

Crianças de 0 a 4 meses: Servir somente fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança estiver em aleitamento materno, deverá receber somente o leite da mãe.

Crianças de 4 a 6 meses: Se a introdução de alimentos já ocorreu (pelos pais), servir a alimentação conforme o cardápio e a aceitação da criança em casa. Caso não, converse com a nutricionista.

Crianças de 6 a 8 meses: NUNCA LIQUIDIFICAR!!! Amassar os alimentos até a forma de purê. Crianças que consomem alimentos na forma triturada demoram mais para desenvolver a habilidade da mastigação. Crianças que encontrarem dificuldade em consumir a carne ou frango desfiado deve ser servido somente o molho desta preparação.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas.



Alimentação Escolar

Pref. João Floriani Creche

Zona rural
Faixa etária das turmas acima 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAIS
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2026

	Segunda - Feira	23-nov	Terça - Feira	24-nov	Quarta - Feira	25-nov	Quinta - Feira	26-nov	Sexta - Feira	27-nov	Média	%
Almoço 9h30min Jantar 15h	Purê com cenoura	Batata doce cozida	Feijão preto	Polenta cozida	Sopa de lentilha com carne desfiada, legumes e batatinha							
	Opção: Arroz integral cozido	Opção: Arroz integral cozido	Arroz cozido	Carne moída refogada com legumes e molho de tomate								
	Peito de frango refogado ao molho	Frango ao molho (coxa/sobrecoxa de frango refogada em pedaços)	Omelete de espinafre	Salada de Beterraba								
	Salada de chuchu	Salada de beterraba e salada de alface	Salada de vagem	Salada de brócolis e couve-flor								
	Salada de brócolis											
Lanche 13:30h	Rosquinha de polvilho	Waffle de pão de queijo saudável feito na escola Obs.: Fazer a receita de pão de queijo e colocar na máquina de Waffle (pág. 54 ou pág. 68 do livro de receitas)	Pão com doce 100% frutas orgânicas e sem açúcar adicionado (pão de mistura com geleia 100% frutas orgânicas (morango com tâmara ou banana, sem açúcar adicionado e/ou manteiga)	Sanduíche de Queijo (Pão de mistura com requeijão saudável (pág. 43 do livro de receitas) e queijo mussarela fatiado Obs.: Oferecer só pão com o requeijão saudável ou só pão aos alunos que não quiserem recheio.	Waffle sem açúcar feito na escola Obs.: (pág. 56 do livro de receitas)							
	Leite morno com baunilha											
	Fruta (banana amassada ou em pedaços)	Fruta (mamão amassado ou em pedaços)	Fruta (manga amassada ou em pedaços)	Fruta (pera raspada ou em pedaços)			Fruta (maçã raspada ou em pedaços)					

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.

Oferecer entre as refeições água para as crianças.

Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo

médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.

Crianças de 0 a 4 meses: Servir somente fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança estiver em aleitamento materno, deverá receber somente o leite da mãe.

Crianças de 4 a 6 meses: Se a introdução de alimentos já ocorreu (pelos pais), servir a alimentação conforme o cardápio e a aceitação da criança em casa. Caso não, converse com a nutricionista.

Crianças de 6 a 8 meses: NUNCA LIQUIDIFICAR!!! Amassar os alimentos até a forma de purê. Crianças que consomem alimentos na forma triturada demoram mais para desenvolver a habilidade da mastigação. Crianças que encontrarem dificuldade em consumir a carne ou frango desfiado deve ser servido somente o molho desta preparação.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas.



Alimentação Escolar

Pref. João Floriani Creche

Zona rural
Faixa etária das turmas acima 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAIS
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2026

	Segunda - Feira	30-nov	Terça - Feira	1-dez	Quarta - Feira	2-dez	Quinta - Feira	3-dez	Sexta - Feira	4-dez	Média	%
Almoço 9h30min Jantar 15h	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 cenoura cozida		Macarrão integral cozido Carne moída <i>refogada com legumes e molho de tomate</i> Salada de tomate Salada de couve-flor cozido		Polenta cozida Frango ao molho (<i>peito de frango desfiado e refogados com legumes</i>) Salada de Beterraba cozida Salada de brócolis cozido		Purê de batata ou batata sauteé <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Peixe ensopado <i>com molho de tomate</i> Salada de chuchu cozido		Feijão preto Arroz cozido Farofa colorida (<i>farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada</i>) Salada de vagem cozida			
Lanche 13:30h	Rosquinha de polvilho Leite morno com baunilha Fruta (<i>banana amassada ou em pedaços</i>)		Waffle de pão de queijo saudável feito na escola Obs.: Fazer a receita de pão de queijo e colocar na máquina de Waffle (pág. 54 ou pág. 68 do livro de receitas) Fruta (<i>mamão amassado ou em pedaços</i>)		Pão com doce 100% frutas orgânicas e sem açúcar adicionado (pão de mistura com geleia 100% frutas orgânicas (morango com tâmara ou banana, sem açúcar adicionado e/ou manteiga) Fruta (<i>manga amassada ou em pedaços</i>)		Sanduíche de Queijo (Pão de mistura com requeijão saudável (pág. 43 do livro de receitas) e queijo mussarela fatiado Obs.: Oferecer só pão com o requeijão saudável ou só pão aos alunos que não quiserem recheio. Fruta (<i>pera raspada ou em pedaços</i>)		Waffle sem açúcar feito na escola Obs.: (pág. 56 do livro de receitas) Fruta (<i>maçã raspada ou em pedaços</i>)			

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.

Oferecer entre as refeições água para as crianças.

Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.

Crianças de 0 a 4 meses: Servir somente fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança estiver em aleitamento materno, deverá receber somente o leite da mãe.

Crianças de 4 a 6 meses: Se a introdução de alimentos já ocorreu (pelos pais), servir a alimentação conforme o cardápio e a aceitação da criança em casa. Caso não, converse com a nutricionista.

Crianças de 6 a 8 meses: NUNCA LIQUIDIFICAR!!! Amassar os alimentos até a forma de purê. Crianças que consomem alimentos na forma triturada demoram mais para desenvolver a habilidade da mastigação. Crianças que encontrarem dificuldade em consumir a carne ou frango desfiado deve ser servido somente o molho desta preparação.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas.



Alimentação Escolar

Pref. João Floriani Creche

Zona rural
Faixa etária das turmas acima 1 ano
30% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODOS PARCIAIS
70% das necessidades nutricionais diárias - PERÍODO INTEGRAL

2026

	Segunda - Feira	7-dez	Terça - Feira	8-dez	Quarta - Feira	9-dez	Quinta - Feira	10-dez	Sexta - Feira	11-dez	Média	%
Almoço <i>9h30min</i> Jantar <i>15h</i>	Polenta cozida <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Carne moída refogada ou Bolo de carne moída assado <i>Molho de tomate feito na escola</i> Salada de cenoura cozida		FERIADO		Aipim cozido <i>Opção: Arroz integral cozido</i> Carne de Panela Salada de chuchu cozido Salada de abóbora cozida		Sopa de legumes <i>(macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)</i>		Feijão Preto Arroz cozido Omelete de espinafre Salada de vagem cozida Salada de tomate			
	Lanche <i>13:30h</i> Rosquinha de polvilho Leite morno com baunilha Fruta <i>(banana amassada ou em pedaços)</i>				Pão com doce 100% frutas orgânicas e sem açúcar adicionado <i>(pão de mistura com geleia 100% frutas orgânicas (morango com tâmara ou banana, sem açúcar adicionado e/ou manteiga)</i> Fruta <i>(manga amassada ou em pedaços)</i>		Sanduíche de Queijo <i>(Pão de mistura com requeijão saudável (pág. 43 do livro de receitas) e queijo mussarela fatiado</i> Obs.: Oferecer só pão com o requeijão saudável ou só pão aos alunos que não quiserem recheio. Fruta <i>(pera raspada ou em pedaços)</i>		Waffle sem açúcar feito na escola Obs.: <i>(pág. 56 do livro de receitas)</i> Fruta <i>(maçã raspada ou em pedaços)</i>			

Obs.: Este cardápio pode sofrer alterações devido a eventos pré-agendados; sazonalidade de hortifrutis e/ou atrasos nas entregas pelos fornecedores.

Oferecer entre as refeições água para as crianças.

Alunos alérgicos e/ou intolerantes deverão apresentar obrigatoriamente laudo médico/nutricional para adequação do cardápio de acordo com a necessidade.

Crianças de 0 a 4 meses: Servir somente fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança estiver em aleitamento materno, deverá receber somente o leite da mãe.

Crianças de 4 a 6 meses: Se a introdução de alimentos já ocorreu (pelos pais), servir a alimentação conforme o cardápio e a aceitação da criança em casa. Caso não, converse com a nutricionista.

Crianças de 6 a 8 meses: NUNCA LIQUIDIFICAR!!! Amassar os alimentos até a forma de purê. Crianças que consomem alimentos na forma triturada demoram mais para desenvolver a habilidade da mastigação. Crianças que encontrarem dificuldade em consumir a carne ou frango desfiado deve ser servido somente o molho desta preparação.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pequenos pedaços até que a criança comece a aceitar preparações mais sólidas.