



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	24-ago	Terça - Feira	25-ago	Quarta - Feira	26-ago	Quinta - Feira	27-ago	Sexta - Feira	28-ago	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 rigattoni) 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	31-ago	Terça - Feira	1-set	Quarta - Feira	2-set	Quinta - Feira	3-set	Sexta - Feira	4-set	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	Feijão preto	Polenta cozida	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>	Arroz cozido	Carne moída <i>refogada com legumes e molho de tomate</i>								
		Salada de beterraba e salada de alface	Omelete de espinafre	Salada de Beterraba								
	Fruta <i>(banana)</i>	Fruta <i>(melancia ou melão)</i>	Salada de vagem	Salada de brócolis e couve-flor	Fruta <i>(maçã)</i>							
Almoço (11:30h)	Purê de taiá com cenoura	Feijão Preto	Lentilha cozida	Polenta cozida	Feijão vermelho ou carioca							
	<i>Opção: Arroz integral cozido</i>	Arroz cozido	Arroz cozido	<i>Opção: Arroz integral cozido</i>	Arroz cozido							
	Peito de frango <i>refogado ao molho</i>	Carne em tiras com legumes	Bolo de carne moída assado	Frango assado	<i>Carne moída refogada ou Bolo de carne moída assado</i>							
	Salada de chuchu	Farofa colorida <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura)</i>	Couve refogada com espinafre	<i>Molho de tomate feito na escola</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	7-set	Terça - Feira	8-set	Quarta - Feira	9-set	Quinta - Feira	10-set	Sexta - Feira	11-set	Média	%
Lanche da Manhã 2ª - 9:14h 3ª-6ª - 8:50H Lanche da Tarde 2ª - 15:09h 3ª-6ª - 15:30h	FERIADO		Macarrão integral cozido		Polenta cozida		Purê de batata ou batata sauté		Feijão preto			
			Carne moída <i>refogada com legumes e molho de tomate</i>		Frango ao molho <i>(peito de frango desfiado e refogados com legumes)</i>		<i>Opção: Arroz integral cozido</i>		Arroz cozido			
			Salada de tomate		Salada de Beterraba		Peixe ensopado <i>com molho de tomate</i>		Farofa colorida <i>(farinha de mandioca; espinafre; couve; cenoura ralada)</i>			
			Salada de alface		Salada de brócolis e couve-flor		Salada de repolho branco e roxo		Salada de vagem			
			Fruta <i>(melancia)</i>		Fruta <i>(mamão)</i>		Fruta <i>(laranja ou tangerina)</i>		Fruta <i>(maçã)</i>			
Almoço (11:30h)			Feijão vermelho				Batata cozida <i>c/ tempero verde</i>		Macarrão integral cozido			
			Arroz cozido		Sopa de legumes <i>(legumes variados; macarrão tipo "alfabeto"; peito de frango)</i>		<i>Opção: Arroz integral cozido</i>		Peito de frango <i>refogado ao molho</i>			
			Carne de Panela				Filé de peixe assado <i>com creme de milho</i> OU Pastelão de peixe assado		Abóbora refogada ou purê de abóbora			
			Salada de abobrinha									
			Salada de chuchu		Torradinhas de pão		Salada de repolho		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

2026

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

	Segunda - Feira	14-set	Terça - Feira	15-set	Quarta - Feira	16-set	Quinta - Feira	17-set	Sexta - Feira	18-set	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 moída)		Arroz cozido Frango refogado com legumes		Aipim cozido Opção: Arroz integral cozido Carne de Panela Salada de chuchu Salada de cenoura Fruta (banana)		Sopa de legumes (macarrão tipo "letrinhas", legumes variados e frango)		Feijão Preto Arroz cozido Omelete de espinafre Salada de vagem Salada de tomate Fruta (maçã)			
Almoço (11:30h)	Polenta cozida Opção: Arroz integral cozido Carne moída refogada ou Bolo de carne moída assado Molho de tomate feito na escola Salada de cenoura		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 Opção: Arroz integral cozido Frango ao molho Salada de brócolis Salada de pepino		Feijão vermelho ou carioca Arroz cozido Carne moída refogada ou Bolo de carne moída assado Farofa de couve 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.