



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE IARAS

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

ANO LETIVO 2025 - CARDÁPIO PROPOSTO PARA MARÇO

EDUCAÇÃO INFANTIL (Pré-Escola e CEI)

EMEI "Oscar Damiano"

PERÍODO PARCIAL / INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA (3 anos - 5 anos)

SEMANA 03/03 A 07/03	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ MANHÃ (07:00 / 07:30) Servido aos alunos do período da manhã	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	FERIADO	PÃO DE LEITE COM MARGARINA	BOLO SIMPLES
ALMOÇO (10:00 10:30 11:00) *Servido aos alunos do período da manhã (12:00) *Servido aos alunos do período da tarde				LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA OMELETE DE FORNO COM MUSSARELA, CENOURA E ABOBRINHA RALADA	LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE EM CUBOS COM BATATA
FRUTA ALUNOS PERÍODO INTEGRAL (CEI) (12:00) Servido aos alunos em sala de aula				SALADA DE REPOLHO	SALADA DE ACELGA
				MAÇÃ	BANANA
JANTAR (15:00 15:30) Servido aos alunos do período da tarde				SOPA DE MACARRÃO COM CARNE EM CUBOS E LEGUMES	PÃO DE LEITE COM MARGARINA SUCO DE POLPA FRUTA
				FRUTA	GELATINA

Oferecer água filtrada no intervalo das refeições

*Se necessário, oferecer FRUTAS e/ou BOLACHAS aos alunos que ficam até às 17h00 na escola.

* Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade do Departamento de Alimentação Escolar.

* Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e ser disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 06/2020.

Nutricionistas:

Francisca N. C. Lima
Nutricionista Quadro Técnico
CRN-3 69518

Thais F. de A. L. Fonseca
Nutricionista Responsável Técnico
CRN-3 44507



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE IARAS

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

ANO LETIVO 2025 - CARDÁPIO PROPOSTO PARA MARÇO

EDUCAÇÃO INFANTIL (Pré-Escola e CEI)

EMEI "Oscar Damiano"

PERÍODO PARCIAL / INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA (3 anos - 5 anos)

SEMANA 10/03 A 14/03	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ MANHÃ (07:00 / 07:30) Servido aos alunos do período da manhã	PÃO DE LEITE COM MARGARINA	PÃO DE LEITE COM MARGARINA	PÃO DE LEITE COM MARGARINA	PÃO DE LEITE COM MUSSARELA	PÃO DE LEITE COM MARGARINA
ALMOÇO (10:00 10:30 11:00) *Servido aos alunos do período da manhã (12:00) *Servido aos alunos do período da tarde	LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA REFOGADA PURÉ DE BATATA	LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO GORDO FAROFÁ DE LEGUMES	LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COXA DE FRANGO ASSADA	LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA ESTROGONOFE DE FRANGO	LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE SUÍNA COM BATATA
	SALADA DE REPOLHO	SALADA DE COUVE	SALADA DE TOMATE	SALADA DE ALFACE	REPOLHO COM TOMATE
FRUTA ALUNOS PERÍODO INTEGRAL (CEI) (12:00) Servido aos alunos em sala de aula	BANANA	MAMÃO	BANANA	MAMÃO	MAÇÃ
JANTAR (15:00 15:30) Servido aos alunos do período da tarde	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO EM CUBOS, BATATA, ABOBRINHA E CENOURA EM CUBOS	POLENTA CREMOSA COM CENOURA E FRANGO EM CUBOS	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA	PÃO DE LEITE COM MUSSARELA SUCO DE POLPA FRUTA
	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

Oferecer água filtrada no intervalo das refeições

***Se necessário, oferecer FRUTAS e/ou BOLACHAS aos alunos que ficam até às 17h00 na escola.**

*** Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade do Departamento de Alimentação Escolar.**

*** Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e ser disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 06/2020.**

Nutricionistas:

Francisca N. C. Lima
Nutricionista Quadro Técnico
CRN-3 69518

Thais F. de A. L. Fonseca
Nutricionista Responsável Técnico
CRN-3 44507



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE IARAS

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

ANO LETIVO 2025 - CARDÁPIO PROPOSTO PARA MARÇO

EDUCAÇÃO INFANTIL (Pré-Escola e CEI)

EMEI "Oscar Damiano"

PERÍODO PARCIAL / INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA (3 anos - 5 anos)

SEMANA 17/03 A 21/03	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ MANHÃ (07:00 / 07:30) Servido aos alunos do período da manhã	PÃO DE LEITE COM MARGARINA	PÃO DE LEITE COM MARGARINA	PÃO DE LEITE COM MARGARINA	PÃO DE LEITE COM MARGARINA	BOLO DE CHOCOLATE
	LEITE COM CACAU	LEITE COM CACAU	LEITE COM CACAU	LEITE COM CACAU	LEITE COM CACAU
ALMOÇO (10:00 10:30 11:00) *Servido aos alunos do período da manhã	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE EM CUBOS COM MANDIOCA	ARROZ BRANCO ESTROGONOFE DE CARNE	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA LINGUIÇA ASSADA COM BATATA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA GORDO FAROFÁ RICA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA FRANGO EM CUBOS COM LEGUMES
(12:00) *Servido aos alunos do período da tarde	SALADA DE ALFACE	SALADA DE TOMATE	SALADA DE VINAGRETE	SALADA DE BETERRABA	SALADA DE REPOLHO
FRUTA ALUNOS PERÍODO INTEGRAL (CEI) (12:00) Servido aos alunos em sala de aula	MAMÃO	PÊRA	BANANA	MAÇÃ	MELÃO
JANTAR (15:00 15:30) Servido aos alunos do período da tarde	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE EM CUBOS COM LEGUMES	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA BATATA, ABOBRINHA E CENOURA EM CUBOS	POLENTA CREMOSA COM CARNE MOÍDA E MOLHO	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO EM CUBOS E LEGUMES	BOLACHA DOCE
	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

Oferecer água filtrada no intervalo das refeições

***Se necessário, oferecer FRUTAS e/ou BOLACHAS aos alunos que ficam até às 17h00 na escola.**

*** Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade do Departamento de Alimentação Escolar.**

*** Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e ser disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 06/2020.**

Nutricionistas:

Francisca N. C. Lima
Nutricionista Quadro Técnico
CRN-3 69518

Thais F. de A. L. Fonseca
Nutricionista Responsável Técnico
CRN-3 44507



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE IARAS

DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

ANO LETIVO 2025 - CARDÁPIO PROPOSTO PARA MARÇO

EDUCAÇÃO INFANTIL (Pré-Escola e CEI)

EMEI "Oscar Damiano"

PERÍODO PARCIAL / INTEGRAL - FAIXA ETÁRIA (3 anos - 5 anos)

SEMANA 24/03 A 28/03	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ MANHÃ (07:00 / 07:30) Servido aos alunos do período da manhã	PÃO DE LEITE COM MARGARINA	PÃO DE LEITE COM MARGARINA	PÃO DE LEITE COM MARGARINA	PÃO DE LEITE COM PRESUNTO	PÃO DE LEITE COM MARGARINA
ALMOÇO (10:00 10:30 11:00) *Servido aos alunos do período da manhã (12:00) *Servido aos alunos do período da tarde	LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE SUÍNA COM BATATAS	LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO COM CARNE SUÍNA FAROFA DE CENOURA	LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA SALSICHA NO MOLHO PURÉ DE BATATA	LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE MOÍDA COM CENOURA	LEITE COM CACAU ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA FRANGO EM CUBOS COM LEGUMES
FRUTA ALUNOS PERÍODO INTEGRAL (CEI) (12:00) Servido aos alunos em sala de aula	BANANA	MELÃO	MAÇÃ	MAMÃO	MELÃO
JANTAR (15:00 15:30) Servido aos alunos do período da tarde	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES FRUTA	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO EM CUBOS, BATATA, ABOBRINHA E CENOURA EM CUBOS FRUTA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE EM CUBOS E LEGUMES FRUTA	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA FRUTA	TORTA DE FRANGO SUCO DE POLPA FRUTA

Oferecer água filtrada no intervalo das refeições

***Se necessário, oferecer FRUTAS e/ou BOLACHAS aos alunos que ficam até às 17h00 na escola.**

*** Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade do Departamento de Alimentação Escolar.**

*** Este cardápio deve permanecer fixado na cozinha da escola e ser disponibilizado para a comunidade escolar, conforme resolução CD/FNDE nº 06/2020.**

Nutricionistas:

Francisca N. C. Lima
Nutricionista Quadro Técnico
CRN-3 69518

Thais F. de A. L. Fonseca
Nutricionista Responsável Técnico
CRN-3 44507