

ANEXO I
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PCRJ/SME
PLANO ALIMENTAR – ESCOLA – CARDÁPIO VERÃO
Período de 28 de setembro a 02 de outubro de 2026

E/COORDENADORIAS REGIONAIS DE EDUCAÇÃO			SEMANA
1ª, 2ª e 3ª			C
4ª, 5ª, 6ª e 11ª			D
7ª e 8ª			A
9ª e 10ª			B
Plano Alimentar – Escolar (TURNO PARCIAL)			
SEMANA A			
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Leite batido com abacate	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta	Leite com abacate
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com manteiga
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com manteiga
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana)
6ª feira	Smoothie de laranja (Leite batido com laranja, iogurte natural e banana)	Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com manteiga
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar (TURNO PARCIAL)**SEMANA B**

	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Leite batido com banana e mamão	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Leite batido com banana e aveia
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga
4ª feira	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga	Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com manteiga
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana)
6ª feira	Smoothie de banana (Leite batido com banana)	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango guisado Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com manteiga

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar (TURNO PARCIAL)			
SEMANA C			
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Leite batido com abacate	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Leite com café Cuscuz de Tapioca
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga
4ª feira	Smoothie de banana (Leite batido com banana)	Arroz Feijão Isca de fígado acebolada Batata assada ou sauté	Leite com café Pão com manteiga
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana)
6ª feira	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga	Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com manteiga
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar (TURNO PARCIAL)			
SEMANA D			
	Refeição Láctea (manhã)	Almoço	Lanche I (tarde)
2ª feira	Leite batido com banana e mamão	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Leite batido com banana e mamão
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga
4ª feira	Smoothie de banana (Leite batido com banana)	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com manteiga
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Feijão Carne moída Sobremesa: fruta	Smoothie de laranja (Leite batido com laranja, iogurte natural e banana)
6ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com manteiga
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar (TURNO UNICO)			
SEMANA A			
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta	Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com manteiga Fruta
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar (TURNO UNICO)			
SEMANA B			
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com maçã e aveia Fruta	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Arroz doce Fruta
3ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta
5ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango guisado Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo e cenoura Fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar (TURNO UNICO)			
SEMANA C			
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com maçã e aveia Fruta	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Canjica Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com patê de frango, feijão fradinho, cenoura, tomate e salsa Fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Isca de fígado acebolada Batata assada ou sauté Sobremesa: fruta	Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar (TURNO UNICO)			
SEMANA D			
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Leite com café Cuscuz de Tapioca Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Feijão Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Carne moída Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
6ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Smoothie de laranja (Leite batido com laranja, iogurte natural e banana) Fruta
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar - Ginásio Educacional Olímpico (anos iniciais)

SEMANA A

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta	Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de melancia com beterraba	Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Suco de abacaxi com hortelã	Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de maracujá com mamão	Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com manteiga Fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar - Ginásio Educacional Olímpico (anos iniciais)

SEMANA B

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com maçã e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Arroz doce Fruta
3ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de abacaxi com limão	Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta
5ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Suco de maracujá com mamão	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de melão com limão	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango guisado Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo e cenoura Fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar - Ginásio Educacional Olímpico (anos iniciais)

SEMANA C

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com maçã e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Canjica Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Limonada com hortelã	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com patê de frango, feijão fradinho, cenoura, tomate e salsa Fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Suco de maracujá com cenoura	Arroz Feijão Isca de fígado acebolada Batata assada ou sauté Sobremesa: fruta	Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Suco de melancia com beterraba	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar - Ginásio Educacional Olímpico (anos iniciais)**SEMANA D**

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Leite com café Cuscuz de Tapioca Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Suco de melão com limão	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de maracujá com mamão	Feijão Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Carne moída Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
6ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Suco de abacaxi com limão	Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Smoothie de laranja (Leite batido com laranja, iogurte natural e banana) Fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar - Ginásio Educacional Olímpico (anos finais)

SEMANA A

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (Sem forno)
2ª feira	Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta	Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta	Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de melancia com beterraba	Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã e banana Assado de milho com cenoura e abobrinha Fruta	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Suco de abacaxi com hortelã	Arroz Feijão carioca Isclas de carne Farofa de couve Salada de tomate e pepino Sobremesa: fruta	Leite com café Bolo de laranja Fruta	Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de maracujá com mamão	Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobremesa: fruta	Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta	Suco de abacaxi com limão Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta
6ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar - Ginásio Educacional Olímpico (anos finais)

SEMANA B

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (Sem forno)
2ª feira	Leite batido com maçã e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Canjica Fruta	Canjica Fruta
3ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Suco de laranja com cenoura Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta	Suco de laranja com cenoura Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta
4ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de abacaxi com limão	Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata Sauté Salada de alface Sobremesa: fruta	Leite com café Bolo de banana Fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Suco de maracujá com mamão	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Smoothie de laranja (Leite batido com laranja, iogurte natural e banana) Fruta	Smoothie de laranja (Leite batido com laranja, iogurte natural e banana) Fruta
6ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de melão com limão	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango guisado Sobremesa: fruta	Suco de maracujá Assado de frango Fruta	Leite com café Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar - Ginásio Educacional Olímpico (anos finais)

SEMANA C

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (Sem forno)
2ª feira	Leite batido com maçã e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Leite com café Bolo de laranja Fruta	Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Limonada com hortelã	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: fruta	Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta	Suco de laranja com mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Suco de maracujá com cenoura	Arroz Feijão Isca de fígado acebolada Batata assadas ou sauté Salada de alface Sobremesa: fruta	Suco de maracujá Assado de frango Fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Suco de melancia com beterraba	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobremesa: fruta	Suco de maracujá Quibe de forno Salada de alface e tomate Fruta	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar- Ginásio Educacional Olímpico (anos finais)

SEMANA D

	Desjejum	Colação	Almoço	Lanche II	Lanche III (Sem forno)
2ª feira	Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta	Suco integral	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Arroz doce Fruta	Arroz doce Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Suco de laranja com cenoura	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite com café Bolo de laranja Fruta	Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Suco de melão com limão	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã e banana Assado de milho com cenoura e abobrinha Fruta	Suco de laranja e mamão Pão com ovo e pastinha de cenoura Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Suco de maracujá com mamão	Feijão Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Carne moída Salada de tomate Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Pão com omelete Fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Suco de abacaxi com limão	Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de feijão fradinho com tomate Sobremesa: fruta	Suco de maracujá Escondidinho de frango Fruta	Limonada com hortelã Lanchinho de carne moída Fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar (Escolas Especiais)**SEMANA A**

	Lanche especial	Almoço
2ª feira	Leite batido com maçã	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta
3ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta
4ª feira	Leite batido com banana	Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobremesa: fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobremesa: fruta
6ª feira	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana	Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida e chuchu sauté Sobremesa: fruta

SEMANA B

	Lanche especial	Almoço
	Mingau de aveia	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta
	Leite batido com banana Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta
	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga	Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta
	Leite batido com maçã e banana e aveia	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta
	Mingau de aveia	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango guisado Sobremesa: fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar (Escolas Especiais)				
SEMANA C			SEMANA D	
	Lanche especial	Almoço	Lanche especial	Almoço
2ª feira	Leite batido com banana, maçã e aveia	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Mingau de aveia	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta
3ª feira	Leite batido com banana	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Arroz Feijão Isca de fígado acebolada Batata assada ou sauté Sobremesa: fruta	Mingau de aveia	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta
5ª feira	Leite batido com banana e mamão	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com manteiga	Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Feijão Carne moída Sobremesa: fruta
6ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobremesa: fruta	Leite batido com maracujá e banana	Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043				

Plano Alimentar – Escolar (EJA)			
SEMANA A			
	Refeição láctea	Almoço	Lanche V
2ª feira	Leite batido com abacate	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta	Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga Fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobremesa: fruta	Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta
6ª feira	Smoothie de laranja (Leite batido com laranja, iogurte natural e banana)	Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 -Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar (EJA)			
SEMANA B			
	Refeição Láctea	Almoço	Lanche V
2ª feira	Leite batido com banana e mamão	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga	Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta	Leite batido com mamão Pão com manteiga Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Fruta
6ª feira	Smoothie de banana (Leite batido com banana)	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango guisado Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar (EJA)			
SEMANA C			
	Refeição láctea	Almoço	Lanche V
2ª feira	Leite batido com abacate	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: fruta	Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta
4ª feira	Smoothie de banana (Leite batido com banana)	Arroz Feijão Isca de fígado acebolada Batata assada ou sauté Sobremesa: fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobremesa: fruta	Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta
6ª feira	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com manteiga	Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobremesa: fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Pão com patê de frango, feijão fradinho, cenoura, tomate e salsa Fruta
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar (EJA)			
SEMANA D			
	Refeição láctea	Almoço	Lanche V
2ª feira	Leite batido com banana e mamão	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Leite batido com iogurte natural, maçã e banana Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: Fruta	Leite batido com banana e aveia Fruta
4ª feira	Smoothie de banana (Leite batido com banana)	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga	Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Feijão Carne moída Sobremesa. fruta	Leite batido com maracujá e banana Fruta
6ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga	Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar (GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CIVICO MILITAR)**SEMANA A**

	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com banana, mamão e aveia Fruta	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Chuchu com vagem sauté Sobr. fruta	Leite com café Cuscuz de tapioca Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Gratinado de frango (batata inglesa e frango) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Arroz Feijão carioca Isca de carne Farofa de couve Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com pastinha de tomate e orégano Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Frango ao molho Abobrinha, berinjela e abóbora refogada Sobremesa: Fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Escondidinho de peixe (purê de batata inglesa e peixe) Beterraba cozida com chuchu sauté Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com manteiga Fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar – Escolar (GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CÍVICO MILITAR)			
SEMANA B			
2ª feira	Leite batido com maçã e aveia Fruta	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobr. fruta	Arroz doce Fruta
3ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
4ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Arroz com cenoura Feijão Estrogonofe de carne Batata sauté ou assada Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com frango, cenoura, maçã e cebola Fruta
5ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Espaguete à primavera (abobrinha, brócolis e repolho roxo) Feijão Frango guisado Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo e cenoura Fruta
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar (GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CIVICO MILITAR)			
SEMANA C			
	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com maçã e aveia Fruta	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Canjica Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Frango com cenoura Salada de batata e repolho roxo Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com patê de frango, feijão fradinho, cenoura, tomate e salsa Fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Isca de fígado acebolada Batata assada ou sauté Sobremesa: fruta	Suco de laranja com mamão Pão com ovo e cenoura Fruta
5ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Arroz Feijão Ovo mexido ou omelete Abóbora refogada Sobremesa: Fruta	Smoothie de banana (Leite batido com banana) Fruta
6ª feira	Leite batido com banana e aveia Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Picadinho de carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e couve) Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
Fonte:Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043			

Plano Alimentar – Escolar (GEC/GEA/GEM/GENTE/GET/CIVICO MILITAR)**SEMANA D**

	Desjejum	Almoço	Lanche IV
2ª feira	Leite batido com banana, maçã e aveia Fruta	Arroz Feijão Omelete de legumes (repolho) Salada de abobrinha Sobr. fruta	Leite com café Cuscuz de Tapioca Fruta
3ª feira	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta	Arroz Feijão Frango refogado Farofa de beterraba Sobremesa: fruta	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta
4ª feira	Leite batido com banana Pão com manteiga Fruta	Arroz Feijão Frango com quiabo Abóbora refogada, assada ou purê de abóbora Sobremesa: fruta	Leite com café Pão com ovo mexido Fruta
5ª feira	Leite com café Pão com manteiga Fruta	Feijão Macarrão nutritivo (cenoura, brócolis e abobrinha) Carne moída Sobremesa: Fruta	Leite batido com banana Pão com ovo e cenoura Fruta
6ª feira	Leite batido com maçã Pão com ovo mexido Fruta	Arroz Feijão Peixe (gratinado com aipim) Salada de cenoura e tomate Sobremesa: fruta	Smoothie de laranja (Leite batido com laranja, iogurte natural e banana) Fruta

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026			Semana A		Período: Integral
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum 6 a 12 meses	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 60 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e mamão	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão
Desjejum 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 44 Iogurte natural batido com leite, mamão e banana	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 63 Leite Mamão	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)
Desjejum 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 52 Mingau de tapioca	Cód. 44 Iogurte natural batido com leite, mamão e banana	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 63 Leite Mamão	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)
Almoço	Cód. 351 Risoto de peixe com cenoura e chuchu Feijão preto Batata cozida Fruta da safra	Cód. 393 Macarrão Feijão preto Frango guisado com abobrinha Fruta da safra	Cód. 389 Arroz Feijão preto Ovo mexido Salada de cenoura e beterraba Fruta da safra	Cód. 360 Arroz Feijão preto Fígado acebolado Salada de batata e brócolis Fruta da safra	Cód. 375 Arroz Feijão preto Carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, batata) Fruta da safra
Lanche 6 a 12 meses	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão	Cód. 67 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e banana	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana
Lanche IV 1 ano a 5 anos e 11 meses	Cód. 804 Suco de melancia Escondidinho de Frango com abobrinha Fruta da safra	Cód. 806 Suco de Laranja Pão de beterraba com pasta de grão de bico Fruta da safra	Cód. 909 Musselini de aveia Banana Fruta da safra	Cód. 901 Smoothie de banana (leite batido com banana) Bolo de maçã, aveia, canela e passas Fruta da safra	Cód. 805 Suco de melancia Escondidinho de Carne com espinafre Fruta da safra

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026		Semana A			Período: Parcial Manhã
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum 6 a 12 meses	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 60 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e mamão	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão
Desjejum 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 44 iogurte natural batido com leite, mamão e banana	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 63 Leite Mamão	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)
Desjejum 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 52 Mingau de tapioca	Cód. 44 iogurte natural batido com leite, mamão e banana	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 63 Leite Mamão	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)
Almoço	Cód. 351 Risoto de peixe com cenoura e chuchu Feijão preto Batata cozida Fruta da safra	Cód. 393 Macarrão Feijão preto Frango guisado com abobrinha Fruta da safra	Cód. 389 Arroz Feijão preto Ovo mexido Salada de cenoura e beterraba Fruta da safra	Cód. 360 Arroz Feijão preto Fígado acebolado Salada de batata e brócolis Fruta da safra	Cód. 375 Arroz Feijão preto Carne Jardineira de legumes (chuchu, cenoura e batata) Fruta da safra
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043					

As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026			Semana A		Período: Parcial Tarde
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche 6 a 12 meses	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão	Cód. 67 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e banana	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana
Lanche 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 58 Leite Mamão e banana	Cód. 63 Leite Mamão	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód. 801 Smoothie de banana (leite batido com banana) Bolo de maçã, aveia e passas	Cód. 56 Leite Banana
Lanche 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 58 Leite Mamão e banana	Cód. 63 Leite Mamão	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód. 801 Smoothie de banana (leite batido com banana) Bolo de maçã, aveia e passas	Cód. 56 Leite Banana
Jantar	Cód. 379 Arroz Feijão Preto Frango ensopado com batata e cenoura Chicória refogada Fruta da safra	Cód. 362 Arroz Feijão Preto Carne com espinafre Angu Fruta da safra	Cód. 366 Arroz Feijão Preto Isclas de frango Aipim cozido Creme de abóbora Fruta da safra	Cód. 614 Sopa Carioca (Carne, feijão carioca, batata baroa, batata doce, cenoura e abobrinha) Fruta da safra	Cód. 384 Arroz com abobrinha Feijão Preto Frango guisado com cenoura Fruta da safra

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026			Semana B		Período: Integral
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum 6 a 12 meses	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 67 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e banana	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana
Desjejum 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 58 Leite Mamão e banana	Cód. 191 Smoothie de maracujá e banana (leite batido com maracujá e banana)	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód.49 Iogurte natural com aveia e Banana
Desjejum 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 66 Leite batido com maçã e aveia	Cód. 58 Leite Mamão e banana	Cód. 191 Smoothie de maracujá e banana (leite batido com maracujá e banana)	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód.49 Iogurte natural com aveia e Banana
Almoço	Cód. 388 Arroz Feijão com beterraba Ovo cozido Salada de chuchu e batata Fruta da safra	Cód. 371 Arroz Feijão preto Picadinho de carne com repolho roxo Quibebe de abóbora Fruta da safra	Cód.358 Arroz Feijão Preto Moela de frango com espinafre Angu Fruta da safra	Cód. 399 Macarrão Feijão preto Carne Moída com berinjela Cenoura sauté Fruta da safra	Cód. 364 Arroz Feijão carioca Estrogonofe de frango Salada de batata e brócolis Fruta da safra
Lanche 6 a 12 meses	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 67 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e banana	Cód. 60 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e mamão	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana
Lanche IV 1 ano a 5 anos e 11 meses	Cód. 909 Mousseline de aveia e banana Fruta da safra	Cód. 179 Smoothie de maracujá e banana (leite batido com maracujá e banana) Torta de milho com legumes (abobrinha, cenoura) Fruta da safra	Cód. 907 Leite Pão de cenoura com pasta de ovo Fruta da safra	Cód. 805 Suco de melancia Escondidinho de Carne com espinafre Fruta da safra	Cód. 808 Suco de laranja Ovo mexido, Salada de cenoura e beterraba Fruta da safra

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026		Semana B		Período: Parcial Manhã	
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum 6 a 12 meses	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 67 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e banana	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana
Desjejum 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 58 Leite Mamão e banana	Cód. 191 Smoothie de maracujá e banana (leite batido com maracujá e banana)	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód.49 iogurte natural com aveia e Banana
Desjejum 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 66 Leite batido com maçã e aveia	Cód. 58 Leite Mamão e banana	Cód. 191 Smoothie de maracujá e banana (leite batido com maracujá e banana)	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód.49 iogurte natural com aveia e Banana
Almoço	Cód. 388 Arroz Feijão com beterraba Ovo cozido Salada de chuchu e batata Fruta da safra	Cód. 371 Arroz Feijão preto Picadinho de carne com repolho roxo Quibebe de abóbora Fruta da safra	Cód.358 Arroz Feijão Preto Moela de frango com espinafre Angu Fruta da safra	Cód. 399 Macarrão Feijão preto Carne Moída com berinjela Cenoura sauté Fruta da safra	Cód. 364 Arroz Feijão carioca Estrogonofe de frango Salada de batata e brócolis Fruta da safra
Fonte:Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043 As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado					

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026		Semana B		Período: Parcial Tarde	
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche 6 a 12 meses	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 67 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e banana	Cód. 60 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e mamão	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana
Lanche 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 191 Smoothie de maracujá e banana (leite batido com maracujá e banana)	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 63 Leite Mamão	Cód. 58 Leite Mamão e banana
Lanche 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 191 Smoothie de maracujá e banana (leite batido com maracujá e banana)	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 59 Arroz doce	Cód. 58 Leite Mamão e banana
Jantar	Cód. 422 Arroz de carreteiro (carne e couve) Feijão Preto Farofa de farinha de milho flocada com cenoura Fruta da safra	Cód. 450 Arroz Feijão Preto Isclas de frango Jardineira de legumes (berinjela, abóbora, abobrinha e orégano) Fruta da safra	Cód. 421 Arroz Feijão preto Souflé de peixe com batata Salada de vagem, cenoura e tomate Fruta da safra	Cód. 379 Arroz Feijão Preto Frango ensopado com batata e cenoura Chicória refogada Fruta da safra	Cód. 605 Sopa de feijão (feijão preto, carne, massa, repolho, beterraba, aipim) Fruta da safra
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043					

As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026			Semana C		Período: Integral
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum 6 a 12 meses	Cód. 67 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e banana	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana
Desjejum 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód. 44 Iogurte natural batido com leite, mamão e banana	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)	Cód. 63 Leite Mamão	Cód. 58 Leite Mamão e banana
Desjejum 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód. 44 Iogurte natural batido com leite, mamão e banana	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)	Cód. 71 Mingau de aveia	Cód. 58 Leite Mamão e banana
Almoço	Cód. 391 Arroz Feijão preto Ovo mexido com vagem Salada de batata e cenoura Fruta da safra	Cód. 402 Arroz Feijão Carioca Frango assado com laranja Palitinhos de beterraba Fruta da safra	Cód. 403 Risoto de frango com cenoura e repolho Feijão preto Salada de chuchu com ovos e salsinha Fruta da safra	Cód. 370 Arroz Feijão preto Picadinho de carne com espinafre Batata cozida Fruta da safra	Cód. 393 Macarrão Feijão preto Frango guisado com abobrinha Fruta da safra
Lanche 6 a 12 meses	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão	Cód. 60 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e mamão	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana
Lanche IV 1 ano a 5 anos e 11 meses	Cód. 802 Leite Bolo de fubá, cenoura e laranja Fruta da safra	Cód. 804 Suco de melancia Escondidinho de Frango com abobrinha Fruta da safra	Cód. 806 Suco de Laranja Pão de beterraba com pasta de grão de bico Fruta da safra	Cód. 808 Suco de laranja Ovo mexido, Salada de cenoura e Beterraba Fruta da safra	Cód. 190 Smoothie de banana (leite batido com banana) Maçã assada com aveia e canela Fruta da safra

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026		Semana C		Período: Parcial Manhã	
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum 6 a 12 meses	Cód. 67 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e banana	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana
Desjejum 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód. 44 iogurte natural batido com leite, mamão e banana	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)	Cód. 63 Leite Mamão	Cód. 58 Leite Mamão e banana
Desjejum 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód. 44 iogurte natural batido com leite, mamão e banana	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)	Cód. 71 Mingau de aveia	Cód. 58 Leite Mamão e banana
Almoço	Cód. 391 Arroz Feijão preto Ovo mexido com vagem Salada de batata e cenoura Fruta da safra	Cód. 402 Arroz Feijão Carioca Frango assado com laranja Palitinhos de beterraba Fruta da safra	Cód. 403 Risoto de frango com cenoura e repolho Feijão preto Salada de chuchu com ovos e salsinha Fruta da safra	Cód. 370 Arroz Feijão preto Picadinho de carne com espinafre Batata cozida Fruta da safra	Cód. 393 Macarrão Feijão preto Frango guisado com abobrinha Fruta da safra
Fonte:Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043					

As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026		Semana C		Período: Parcial Tarde	
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche 6 a 12 meses	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão	Cód. 60 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e mamão	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana
Lanche 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 802 Leite Bolo de fubá, cenoura e laranja Fruta da safra	Cód.49 iogurte natural com aveia e Banana	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)
Lanche 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 802 Leite Bolo de fubá, cenoura e laranja Fruta da safra	Cód.49 iogurte natural com aveia e Banana	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)
Jantar	Cod. 389 Arroz Feijão preto Ovo mexido Salada de cenoura e beterraba Fruta da safra	Cód. 603 Sopa Minestrone (Feijão branco, carne, massa, inhame, abóbora, repolho) Fruta da safra	Cód. 394 Macarrão à primavera (macarrão, abobrinha, repolho roxo e brócolis) Feijão preto Frango guisado Fruta da safra	Cód. 397 Arroz Feijão preto com couve Carne com chuchu Angu Fruta da safra	Cód:386 Arroz Feijão preto Carne moída com bertalha Batata doce cozida Fruta da safra
Fonte:Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043					

As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026			Semana D		Período: Integral
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum 6 a 12 meses	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 60 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e mamão	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã
Desjejum 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 58 Leite Mamão e banana	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)	Cód.66 Leite batido com maçã e aveia
Desjejum 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 58 Leite Mamão e banana	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)	Cód.66 Leite batido com maçã e aveia
Almoço	Cód. 387 Arroz Feijão preto Ovo mexido Palitos de beterraba Fruta da safra	Cód. 384 Arroz com abobrinha Feijão preto Frango guisado com cenoura Fruta da safra	Cód. 369 Arroz Feijão preto Vaca atolada (carne, aipim, agrião) Fruta da safra	Cód. 401 Macarrão gravatinha ao molho Cubinhos de Frango Feijão carioca Salada brócolis e cenoura Fruta da safra	Cód. 350 Arroz Feijão preto Carne moída Ratatouille (berinjela e abobrinha) Fruta da safra
Lanche 6 a 12 meses	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão	Cód. 67 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e banana	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana
Lanche IV 1 ano a 5 anos e 11 meses	Cód. 902 Leite Bolo de fubá, laranja e cenoura Fruta da safra	Cód. 909 Mousseline de aveia e Banana Fruta da safra	Cód. 907 Leite Pão de cenoura com pasta de ovo Fruta da safra	Cód. 805 Suco de melancia Escondidinho de Carne com espinafre Fruta da safra	Cód. 179 Smoothie de maracujá e banana (leite batido com maracujá e banana) Torta de milho com legumes (abobrinha, cenoura e cebola) Fruta da safra

Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043

As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026		Semana D		Período: Parcial Manhã	
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Desjejum 6 a 12 meses	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã	Cód. 60 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e mamão	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 64 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã
Desjejum 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 58 Leite Mamão e banana	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)	Cód.66 Leite batido com maçã e aveia
Desjejum 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 58 Leite Mamão e banana	Cód. 64 Leite Maçã	Cód. 60 Leite Maçã e mamão	Cód. 88 Smoothie de banana (leite batido com banana)	Cód.66 Leite batido com maçã e aveia
Almoço	Cód. 387 Arroz Feijão preto Ovo mexido Palitos de beterraba Fruta da safra	Cód. 384 Arroz com abobrinha Feijão preto Frango guisado com cenoura Fruta da safra	Cód. 369 Arroz Feijão preto Vaca atolada (carne, aipim, agrião) Fruta da safra	Cód. 401 Macarrão gravatinha ao molho Cubinhos de Frango Feijão carioca Salada de brócolis com cenoura Fruta da safra	Cód. 350 Arroz Feijão preto Carne moída Ratatouille (berinjela e abobrinha) Fruta da safra
Fonte:Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043					

As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado

Plano Alimentar Creche/EDI – 2026			Semana D		Período: Parcial Tarde
Refeição	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Lanche 6 a 12 meses	Cód. 56 Leite materno ou Fórmula Infantil Banana	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana	Cód. 63 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão	Cód. 67 Leite materno ou Fórmula Infantil Maçã e banana	Cód. 58 Leite materno ou Fórmula Infantil Mamão e banana
Lanche 1 a 3 anos e 11 meses	Cód. 56 Leite Banana	Cód. 44 iogurte natural batido com leite, mamão e banana	Cód. 807 Leite Pão de cenoura com pasta de ovos	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód. 191 Smoothie de maracujá e banana (leite batido com maracujá e banana)
Lanche 4 a 5 anos e 11 meses	Cód. 809 Musselini de aveia Banana	Cód. 44 iogurte natural batido com leite, mamão e banana	Cód. 807 Leite Pão de cenoura com pasta de ovos	Cód. 67 Leite Maçã e banana	Cód. 191 Smoothie de maracujá e banana (leite batido com maracujá e banana)
Jantar	Cód. 382 Arroz Feijão preto Frango refogado Creme de batata e espinafre Fruta da safra	Cód. 409 Arroz Feijão carioca Fígado acebolado Repolho roxo refogado Aipim cozido Fruta da safra	Cód. 404 Arroz com espinafre Feijão preto Frango assado com laranja Inhame cozido Fruta da safra	Cód. 397 Arroz Feijão preto com couve Carne com chuchu Angu Fruta da safra	Cód. 608 Sopa de inhame (abóbora, inhame, couve-flor, frango, feijão carioca) Fruta da safra
Fonte: Guia Alimentar – PNAE 2026 - Responsável Técnica: Marluce Fortunato – CRN 94100043					

As preparações para crianças menores de 3 anos e 11 meses não contém açúcar simples adicionado