



Pré-escola - De 04/03/2026 até 07/04/2026

Data	Lanche da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
04/03/2026 Quarta Kcal: 1201,49 Ptn: 50,5373	Leite c/ cacau Pão massinha c/ requeijão caseiro Fruta Kcal: 295,1498 Ptn: 12,2732	Coraçãozinho c/ farofa Arroz Feijão vermelho Broto de alfafa e tomate Kcal: 418,2464 Ptn: 16,5104	Banana e laranja Kcal: 68,142 Ptn: 1,0104	Panqueca c/ carne Arroz Feijão vermelho Broto de alfafa e cenoura cozida Kcal: 419,9564 Ptn: 20,7433
05/03/2026 Quinta Kcal: 1096,56 Ptn: 51,2017	Batida de banana e mamão (s/ açúcar) Pão caseiro c/ gergelim c/ pasta de cenoura Fruta Kcal: 307,7063 Ptn: 9,925	Frango c/ cenoura Arroz Feijão Repolho refogado Kcal: 368,9007 Ptn: 18,2726	Banana e maçã Kcal: 79,768 Ptn: 0,8197	Picadinho de frango Arroz integral Feijão Pepino e tomate Kcal: 340,1889 Ptn: 22,1844
06/03/2026 Sexta Kcal: 801,090 Ptn: 47,8722	Suco de maracujá natural Pão massinha c/ pasta de frango com requeijão Fruta Kcal: 154,0697 Ptn: 5,0363	Carne c/ moranga Arroz Feijão Abobrinha e cenoura c/ temp. verde Kcal: 274,3095 Ptn: 17,2099	Laranja e uva Kcal: 30,434 Ptn: 0,4774	Carne de panela Arroz Feijão Beterraba cozida c/ milho Kcal: 342,2773 Ptn: 25,1486
09/03/2026 Segunda Kcal: 777,202 Ptn: 37,5442	Iogurte natural c/ fruta (banana, maçã, mamão) Kcal: 132,571 Ptn: 4,5753	Ovos mexidos c/ alho-poró Arroz Feijão Beterraba cozida c/ cebola Kcal: 273,5668 Ptn: 12,5604	Maçã e mamão Kcal: 54,338 Ptn: 0,5605	Fricassê de frango Arroz Feijão Abobrinha ralada c/ temp. verde Kcal: 316,7262 Ptn: 19,848
10/03/2026 Terça Kcal: 1045,44 Ptn: 46,7937	Leite puro Bolo de maracujá Fruta Kcal: 323,482 Ptn: 10,8781	Massa integral à bolonhesa Feijão Sal. pepino, tomate e alho poró c/ limão Kcal: 286,779 Ptn: 18,4317	Abacaxi e mamão Kcal: 32,091 Ptn: 0,5853	Pizza de carne moída Arroz Feijão Cenoura e repolho Kcal: 403,0929 Ptn: 16,8986



Pré-escola - De 04/03/2026 até 07/04/2026

Data	Lanche da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
11/03/2026 Quarta Kcal: 896,862 Ptn: 42,9487	Leite c/ canela Pão integral c/ doce de maçã caseiro Fruta Kcal: 172,4 Ptn: 6,658	Carne suína c/ batata Arroz Feijão Beterraba e tomate Kcal: 332,961 Ptn: 17,6447	Banana e uva Kcal: 77,7009 Ptn: 1,0487	Carne suína a xadrez c/ gergelim (cebola, cenoura, pimentão) Arroz Feijão Pepino e tomate Kcal: 313,8004 Ptn: 17,5973
12/03/2026 Quinta Kcal: 1183,66 Ptn: 48,6405	Leite puro Cuca de abacaxi Fruta Kcal: 336,3788 Ptn: 11,9236	Frango c/ molho (sobrecoxa) Arroz Lentilha Milho verde cozido Pepino Kcal: 447,3357 Ptn: 21,444	Banana e mamão Kcal: 68,81 Ptn: 1,0304	Arroz c/ frango (sobrecoxa) Lentilha Cenoura e repolho Kcal: 331,14 Ptn: 14,2425
13/03/2026 Sexta Kcal: 883,035 Ptn: 52,3554	Batida de banana e mamão (cong.) Pão integral c/ pasta de ovo Fruta Kcal: 182,704 Ptn: 8,2594	Carne c/ legumes (abobrinha e cenoura) Arroz Feijão Repolho ralado Kcal: 276,5119 Ptn: 17,1607	Abacaxi e maçã Kcal: 45,456 Ptn: 0,4473	Carne c/ molho Arroz Feijão Purê de batata Beterraba e pepino Kcal: 378,3631 Ptn: 26,488
16/03/2026 Segunda Kcal: 822,768 Ptn: 38,415	Creme de amido c/ cacau Fruta Kcal: 187,7779 Ptn: 6,721	Ovo cozido Arroz Feijão Cenoura cozida c/ temp. verde Kcal: 272,0684 Ptn: 13,6781	Abacaxi e mamão Kcal: 32,091 Ptn: 0,5853	Massa integral c/ molho de carne suína Feijão Repolho refogado c/ orégano Kcal: 330,831 Ptn: 17,4306
17/03/2026 Terça Kcal: 957,714 Ptn: 47,8724	Leite puro Bolo de cenoura Fruta Kcal: 252,761 Ptn: 9,196	Carne moída c/ molho Arroz integral Feijão Beterraba cozida e repolho Kcal: 314,836 Ptn: 19,1702	Laranja e maçã Kcal: 50,68 Ptn: 0,4885	Lasanha de abobrinha à bolonhesa Arroz Feijão Cenoura ralada Kcal: 339,4374 Ptn: 19,0177



Pré-escola - De 04/03/2026 até 07/04/2026

Data	Lanche da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
18/03/2026 Quarta Kcal: 912,163 Ptn: 46,1983	Leite caramelado (c/ aç. mascavo) Pão massinha c/ requeijão caseiro Fruta Kcal: 291,1419 Ptn: 12,2562	Risoto de frango c/ alho poró Feijão Pepino e tomate Kcal: 296,6362 Ptn: 16,1472	Abacaxi e banana Kcal: 75,104 Ptn: 1,1695	Frango c/ abobrinha Arroz Feijão Broto de alfafa e tomate Kcal: 249,2813 Ptn: 16,6254
19/03/2026 Quinta Kcal: 946,491 Ptn: 46,5984	Leite puro Bolo simples Fruta Kcal: 343,5905 Ptn: 10,7102	Carne assada (tatu) Arroz Feijão vermelho Broto de alfafa e cenoura cozida Kcal: 277,7694 Ptn: 19,6674	Maçã e uva Kcal: 57,885 Ptn: 0,5535	Carreteiro integral de tatu Feijão vermelho Abobrinha e tomate Kcal: 267,2461 Ptn: 15,6673
20/03/2026 Sexta Kcal: 1130,00 Ptn: 57,784	Batida de banana (s/ açúcar) Pão de moranga c/ requeijão caseiro Fruta Kcal: 348,5338 Ptn: 11,7444	Carne suína acebolada Arroz Feijão Repolho c/ abacaxi e iogurte Kcal: 364,9533 Ptn: 22,8822	Maçã e mamão Kcal: 54,338 Ptn: 0,5605	Carne suína refogada Arroz Feijão Moranga refogada c/ temp. verde Beterraba ralada Kcal: 362,1782 Ptn: 22,5969
23/03/2026 Segunda Kcal: 782,742 Ptn: 35,1871	Creme de aveia c/ banana e canela Fruta Kcal: 206 Ptn: 6,89	Ovos mexidos c/ cenoura, milho, ervilha Arroz Feijão Beterraba ralada Kcal: 263,6084 Ptn: 12,1129	Maçã e mamão Kcal: 54,338 Ptn: 0,5605	Massa integral c/ molho de frango de Feijão Cenoura e repolho Kcal: 258,7959 Ptn: 15,6237
24/03/2026 Terça Kcal: 822,362 Ptn: 40,4573	Leite puro Bolo de banana integral Fruta Kcal: 271,8965 Ptn: 9,5356	Carne moída c/ moranga Arroz Lentilha Abobrinha refogada c/ orégano Kcal: 271,5626 Ptn: 16,3615	Abacaxi e laranja Kcal: 16,84 Ptn: 0,3035	Almôndegas c/ molho Arroz Lentilha Beterraba e pepino Kcal: 262,063 Ptn: 14,2567



Pré-escola - De 04/03/2026 até 07/04/2026

Data	Lanche da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
25/03/2026 Quarta Kcal: 996,528 Ptn: 47,1584	Leite puro Pão integral c/ doce de abacaxi caseiro Fruta Kcal: 151,9428 Ptn: 6,6824	Estrogonofe de coração Arroz Feijão Tomate e cebola Kcal: 470,6328 Ptn: 21,3197	Banana e mamão Kcal: 68,81 Ptn: 1,0304	Massa c/ molho de carne picada Feijão Cenoura e tomate Kcal: 305,1429 Ptn: 18,1259
26/03/2026 Quinta Kcal: 977,659 Ptn: 45,3751	Leite c/ cacau Pão de minuto c/ maionese fake c/ temp. verde Fruta Kcal: 338,0449 Ptn: 11,2277	Escalopes de frango Arroz integral Feijão Cenoura e pepino Kcal: 296,0594 Ptn: 17,6692	Banana e uva Kcal: 77,7009 Ptn: 1,0487	Frango c/ cenoura Arroz Feijão Pepino e tomate Kcal: 265,8547 Ptn: 15,4295
27/03/2026 Sexta Kcal: 1011,682 Ptn: 51,8633	Leite c/ canela Pão integral c/ pasta de ovo Fruta Kcal: 173,424 Ptn: 8,0244	Carne de panela Massa Feijão Milho verde cozido Beterraba ralada Kcal: 460,7344 Ptn: 30,8998	Abacaxi e maçã Kcal: 45,456 Ptn: 0,4473	Escondidinho batata c/ coração Arroz Feijão Repolho ralado Kcal: 332,068 Ptn: 12,4918
30/03/2026 Segunda Kcal: 827,212 Ptn: 37,5248	Iogurte natural c/ fruta e coco (banana, maçã, mamão) Kcal: 172,171 Ptn: 4,9887	Peixe em conserva c/ batata Arroz Feijão Cenoura cozida c/ temp. verde Kcal: 314,1669 Ptn: 12,2355	Maçã e mamão Kcal: 54,338 Ptn: 0,5605	Picadinho de frango Arroz Feijão Beterraba cozida e pepino Kcal: 286,5369 Ptn: 19,7401
31/03/2026 Terça Kcal: 1115,104 Ptn: 53,8427	Leite puro Bolo de maçã Fruta Kcal: 282,787 Ptn: 9,405	Carne moída c/ milho Arroz Feijão Beterraba e repolho Kcal: 344,1819 Ptn: 21,5095	Laranja e maçã Kcal: 50,68 Ptn: 0,4885	Panqueca c/ carne moída Arroz Feijão Cenoura cozida c/ ovos Kcal: 437,4558 Ptn: 22,4397



Pré-escola - De 04/03/2026 até 07/04/2026

Data	Lanche da manhã	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
01/04/2026 Quarta Kcal: 876,253 Ptn: 37,9659	Suco de abacaxi natural Pão massinha c/ requeijão caseiro Fruta Kcal: 203,0037 Ptn: 6,0328	Carne suína c/ moranga Arroz Feijão Repolho e tomate c/ orégano Kcal: 199,7694 Ptn: 8,1468	Banana e mamão Kcal: 68,81 Ptn: 1,0304	Carne suína c/ farofa Arroz Feijão Beterraba e tomate Kcal: 404,6704 Ptn: 22,7559
02/04/2026 Quinta Kcal: 1052,87 Ptn: 57,6346	Leite puro Cuca de abacaxi Fruta Kcal: 336,3788 Ptn: 11,9236	Carreteiro de carne Feijão vermelho Milho verde cozido Cenoura ralada Kcal: 342,0017 Ptn: 19,7592	Abacaxi e laranja Kcal: 16,84 Ptn: 0,3035	Carne c/ molho Massa Feijão vermelho Tomate c/ manjericão Kcal: 357,6541 Ptn: 25,6483
03/04/2026 Sexta Kcal: 1062,00 Ptn: 48,2837	Leite caramelado (c/ aç. mascavo) Pão caseiro de aveia c/ pasta de frango com requeijão Fruta Kcal: 403,2267 Ptn: 12,9363	Fricassê de frango Arroz Feijão Abobrinha e tomate Kcal: 317,0457 Ptn: 19,8936	Banana e maçã Kcal: 79,768 Ptn: 0,8197	Risoto integral de frango Feijão Cenoura e repolho Kcal: 261,9619 Ptn: 14,6341
06/04/2026 Segunda Kcal: 820,770 Ptn: 41,1277	Creme de amido c/ abacaxi e canela Fruta Kcal: 179,9378 Ptn: 5,2775	Massa c/ molho e ovos mexidos Feijão Beterraba e cenoura Kcal: 286,3295 Ptn: 13,0882	Laranja e mamão Kcal: 36,617 Ptn: 0,644	Estrogonofe de carne Arroz Feijão Abobrinha e beterraba Kcal: 317,8861 Ptn: 22,118
07/04/2026 Terça Kcal: 968,357 Ptn: 49,0304	Leite puro Bolo de laranja integral Fruta Kcal: 318,9218 Ptn: 11,2271	Carne moída c/ repolho Arroz Feijão Cenoura cozida Kcal: 292,1314 Ptn: 17,0243	Abacaxi e maçã Kcal: 45,456 Ptn: 0,4473	Carne moída tipo pastel Arroz Feijão Quibebe Repolho ralado Kcal: 311,8486 Ptn: 20,3317