



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - www.bebedouro.sp.gov.br

### CARDÁPIO ESCOLAS PARCIAIS - ED. INFANTIL 2, ENS. FUNDAMENTAL E MÉDIO FEVEREIRO/2026

<p><b>02/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM MARGARINA E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO, COXA COM SOBRECOXA COM CENOURA E SALADA DE TOMATE  <b>LANCHE DA TARDE:</b> PIPOCA SUCO NATURAL <b>1 FRUTA</b></p>	<p><b>03/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE REPOLHO  <b>LANCHE DA TARDE:</b> TORTA DE LEGUMES SUCO NATURAL</p>	<p><b>04/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM MARGARINA CASEIRO E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BATATA SALADA DE PEPINO  <b>LANCHE DA TARDE:</b> BOLO SIMPLES VITAMINA DE FRUTAS</p>	<p><b>05/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO POLENTA, CARNE MOÍDA AO MOLHO SALADA DE REPOLHO  <b>LANCHE DA TARDE:</b> PÃO COM FRANGO DESFIADO SUCO NATURAL</p>	<p><b>06/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM MARGARINA E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> GALINHADA, FEIJÃO E SALADA DE ABOBRINHA  <b>LANCHE DA TARDE:</b> CANJICA <b>1 FRUTA</b></p>
<p><b>09/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM MARGARINA E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO, PERNIL EM CUBOS COM MANDIOCA SALADA DE ABOBRINHA  <b>LANCHE DA TARDE:</b> PIPOCA 1 FRUTA</p>	<p><b>10/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO, COXA COM SOBRECOXA COM SELETA DE LEGUMES SALADA DE REPOLHO  <b>LANCHE DA TARDE:</b> ARROZ DOCE 1 FRUTA</p>	<p><b>11/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM MARGARINA CASEIRO E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BATATA SALADA DE BETERRABA  <b>LANCHE DA TARDE:</b> TORTA DE LEGUMES SUCO NATURAL</p>	<p><b>12/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO CARNE EM CUBOS COM CENOURA SALADA DE PEPINO  <b>LANCHE DA TARDE:</b> BOLO SIMPLES VITAMINA DE FRUTAS</p>	<p><b>13/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> GALINHADA, FEIJÃO, SALADA DE TOMATE  <b>LANCHE DA TARDE:</b> GELATINA COLORIDA <b>1 FRUTA</b></p>

<b>16/02</b> <b>PONTO FACULTATIVO/ SUSPENSÃO DAS ATIVIDADES</b>	<b>17/02</b> <b>FERIADO</b>	<b>18/02</b> <b>PONTO FACULTATIVO/ SUSPENSÃO DAS ATIVIDADES</b>	<b>19/02</b> <b>PLANEJAMENTO</b>	<b>20/02</b> <b>PLANEJAMENTO</b>
<b>23/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM MARGARINA E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO, COXA COM SOBRECOXA COM CENOURA E SALADA DE TOMATE  <b>LANCHE DA TARDE:</b> QUIBE DE LEGUMES SUO NATURAL 1 FRUTA	<b>24/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA SALADA DE REPOLHO  <b>LANCHE DA TARDE:</b> BOLO SIMPLES VITAMINA DE FRUTAS 1 FRUTA	<b>25/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM MARGARINA CASEIRO E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM BATATA SALAD DE PEPINO  <b>LANCHE DA TARDE:</b> TORTA DE FRANGO COM ABOBREINHA SUO NATURAL 1 FRUTA	<b>26/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> ARROZ, FEIJÃO PEIXE EM MOLHO COM BATATA SALADA DE CHUCHU  <b>LANCHE DA TARDE:</b> PÃO COM OVO SUO NATURAL 1 FRUTA	<b>27/02</b> <b>CAFÉ DA MANHÃ:</b> LEITE, PÃO COM MARGARINA E 1 FRUTA  <b>ALMOÇO:</b> GALINHADA FEIJÃO SALADA DE BETERRABA  <b>LANCHE DA TARDE:</b> CANJICA 1 FRUTA

### **SUGESTÕES DE LANCHES DA TARDE PARA ESCOLAS INTEGRAIS:**

- BOLOS SIMPLES
- ARROZ DOCE
- VITAMINA DE FRUTAS
- CANJICA
- SALADA DE FRUTA
- PIZZA DE LIQUIDIFICADOR/ TORTAS SALGADAS
- ROSCAR SIMPLES
- QUIBE DE FORNO ( DE LEGUMES OU CARNE)

- GELATINA COLORIDA
- FLAN DE CHOCOLATE
- PIPoca

TODAS AS RECEITAS CITADAS ESTÃO EM NOSSO LIVRO DE RECITAS, CASO SEJA NECESSÁRIO PODE SER SOLICITADO A NUTRICIONISTA.

### PORCIONAMENTO POR FAIXA ETÁRIA INTEGRAL/PARCIAL

Faixa etária: 31 a 60 anos	
CAFÉ DA MANHÃ	300 ml de Leite Integral UHT ou Leite Integral UHT SemLactose
	1 colher de sopa de Achocolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %
	1 Pão Francês
	1 colher de sobre mesa rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo
LANCHE DA MANHÃ	1 fruta ou 1 porção*
ALMOÇO	200 gramas de Arroz
	100 gramas de Feijão
	200 gramas de Frango com Cenoura
	100 gramas de salada de Abobrinha
	1 Pera
LANCHE DA TARDE	2 frutas ou 2 porções*
	200 ml de suco de laranja

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDO		FIBRA	VITA	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
206,392 5	825,5 7	83,737 6	334,950 4	42,1428 7	379,285 9	46,5173 1	6746,51 1	351,300 2	547,767 4	10,5841 5	6879,80 2	437,373 6	8,33399 7



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - [www.bebedouro.sp.gov.br](http://www.bebedouro.sp.gov.br)

**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** - AV. José Cutral e Juni or nº2 420 Jardim Sanderson –  
3343-3030/3210

Faixa etária: 19 a 30 anos	
CAFÉ DA MANHÃ	300 ml de Leite Integral UHT ou Leite Integral UHT SemLactose
	1 colher de sopa de Achocolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %
	1 Pão Francês
	1 colher de sopa e mesa rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo
LANCHE DA MANHÃ	1,5 fruta ou 1,5 porção*
ALMOÇO	200 gramas de Arroz
	100 gramas de Feijão
	200 gramas de Carne em lascas ao Pomo d'Olho
	100 gramas de salada de Batata com ovo
	1 Laranja
LANCHE DA TARDE	1 Pão Hot Dog
	1 fatia de presunto, queijo ou mortadela
	200 ml de suco de laranja

Documento assinado digitalmente



DEBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA  
Data: 26/01/2026 09:43:56-0300  
Verifique em <https://validar.itd.gov.br>

**NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN3: 45721**

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDO		FIBRA	VITA	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
216,998 7	867,994 8	84,4800 5	337,920 2	42,2242 4	380,018 1	47,9771 3	7867,0 94	377,47 23	557,22 56	10,734 69	6881, 17	442,73 73	8,3998 87

Fai xa etári a: 16 a 18 anos	
CAFÉ DA MANHÃ	300 ml de Leite Integral UHT ou Leite Integral UHT Sem Lactose
	1 colher de sopa de Achocolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %
	1 Pão Francês
	1 colher de sobremesa rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo
	1 fruta ou 1 porção*
LANCHE DA MANHÃ	2 frutas ou 2 porções*
	200 gramas de Arroz
	100 gramas de Feijão



AL MOÇO	200 gramas de Frango com Vagem
	100 gramas de salada de Tomate
	1 Maçã
LANCHE DA TARDE	1 Pão Hot Dog
	1 fatia de presunto, queijo ou mortadela
	200 ml de suco de laranja

\*Opções lanche da tarde: 1- 1 bolinho, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 2- 1 barrinha, 200 ml de suco, 1 fruta ou 1 porção; 3- 1 pão de hot dog, 1 fatia de presunto, queijo ou mortadela (15 gramas), 200 ml de suco.

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDO		FIBRA	VITA	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
248,817 2	995,268 9	86,7074 2	346,829 7	42,4683 3	382,214 9	52,3565 9	11228, 85	455,98 85	585,60 01	11,186 33	6885,2 75	458,8282 56	8,597 56

	Fai xa etári a: 11 a 15 anos
CAFÉ DA MANHÃ	300 ml de Leite Integral UHT ou Leite Integral UHT Sem Lactose
	1 colher de sopa de Achocolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %
	1 Pão Francês

	1 colher de sopa e mesa rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo
LANCHE DA MANHÃ	1 fruta ou 1 porção*
ALMOÇO	200 gramas de Arroz
	100 gramas de Feijão
	200 gramas de Frango com Batata
	5 folhas de Alface
	1 Porção de Melão
LANCHE DA TARDE	2 frutas ou 2 porções*
	200 ml de suco de laranja

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDO		FIBRA	VITA	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
206,392 5	825,5 7	83,737 6	334,950 4	42,1428 7	379,285 9	46,5173 1	6746,51 1	351,300 2	547,767 4	10,5841 5	6879,80 2	437,373 6	8,33399 7

Fai xa etári a: 6 a 10 anos	
CAFÉ DA MANHÃ	150 ml de leite integral UHT ou leite sem lactose ou leite de soja
	1/2 colher de sopa de Achocolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %
	1 Pão Francês
	1 colher de sobremesa rasa de margarina ou 1 fatia de Queijo
LANCHE DA MANHÃ	1/2 fruta ou 1/2 porção*
ALMOÇO	150 gramas de Arroz
	70 gramas de Feijão
	100 gramas de Carne em Cubos com Mandioca
	50 gramas de salada de Repolho
	1/2 Pera
LANCHE DA TARDE	1 frutas ou 1 porções*
	200 ml de suco de laranja
	1 Bolinho

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDO		FIBRA	VITA	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
162,390 8	649,563 1	52,2823 6	209,129 4	26,7568 7	240,811 8	31,4381 6	3375,8 72	244,78 51	298,63 65	6,8201 28	5403,1 23	289,2657 29	5,8928 29

Faixa etária: 4 a 5 anos

CAFÉ DA MANHÃ	150 ml de Leite Integral UHT ou Leite Integral UHT Sem Lactose
	1/2 colher de sopa de Achocolatado ou Cacau 50% ou Cacau 100 %
	1/2 Pão Francês
	1 colher de sopa de margarina ou 1 fatia de Queijo
LANCHE DA MANHÃ	1/2 fruta ou 1/2 porção*
	100 gramas de Arroz
	70 gramas de Feijão

AL MOÇO	100 gramas de Frango com Batata
	5 folhas de Alface

	1 Porção de Melão
LANCHE DA TARDE	2 frutas ou 2 porções*
	200 ml de suco de laranja

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDO		FIBRA	VITA	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
134,333 3	537,333 1	49,0338 6	196,135 4	23,755 2	213,796 8	30,5639 9	3374,37 2	244,78 01	293,894 8	6,45096 2	4595,0 73	267,5407 9	5,28682 9

# Porcionamento por faixa etária parcial:

Faixa etária: 31 a 60 anos	
LANCHE DA MANHÃ	1 fruta ou 1 porção*
	90 gramas de Arroz
	70 gramas de Feijão

AL MOÇO	90 gramas de Frango com Cenoura
	70 gramas de salada de Abobrinha
	1 Pera
	70 gramas de salada de Chuchu

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
114,5	458	35	140,5	7,84	70,6	22,6	4495	273	96	5,35	4242	187	2,32

Fai xa etári a: 19 a 30 anos

LANCHE DA MANHÃ	1 fruta ou 1 porção*
AL MOÇO	90 gramas de Arroz
	70 gramas de Feijão
	90 gramas de Carne e molscas ao Pomedoro
	70 gramas de salada de Batata com ovo
	1 Laranja

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
114,5	458	35	140,5	7,84	70,6	22,6	4495	273	96	5,35	4242	187	2,32

Fai xa etári a: 16 a 18 anos	
LANCHE DA MANHÃ/TARDE	1 fruta ou 1 porção*
AL MOÇO/JANTAR	150 gramas de Arroz
	70 gramas de Feijão
	100 gramas de Frango com Vagem
	100 gramas de salada de Tomate
	1 Maçã

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
135	543,8	36,6	146	8	72	25,6	6736,8	325	115	5,65	4245	197,6	2,45

Faixa etária: 11 a 15 anos

LANCHE DA MANHÃ	1 fruta ou 1 porção*
AL MOÇO	90 gramas de Arroz
	70 gramas de Feijão
	90 gramas de Frango com Batata
	5 folhas de Alface
	1 Porção de Melão

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
114,5	458	35	140,5	7,84	70,6	22,6	4495	273	96	5,35	4242	187	2,32

	Faixa etária: 6 a 10 anos
LANCHE DA MANHÃ/ TARDE	1 fruta ou 1 porção*
	70 gramas de Arroz

	50 gramas de Feijão
AL MOÇO	60 gramas de Carne em Cubos com Mandioca qui nha

40 gramas de salada de Repolho

1 Pera

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDIO		FIBRA	VITA	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL							MG	MG
73	293	30	120	10,5	94,4	18,6	2251,7	217,7	71,25	4,66	3326,27	163,8	1,77

Fai xa etária a: 4 a 5 anos

LANCHE DA MANHÃ ou TARDE

1/2 fruta ou 1/2 porção\*

ALMOÇO/JANTAR

70 gramas de Arroz

50 gramas de Feijão

60 gramas de Frango com Batata

5 folhas de Alface

Documento assinado digitalmente

DEBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA  
Data: 24/11/2025 09:52:55-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: DÉBORA LETÍCIA MACHADO DE MORAIS DA SILVA CRN: 45721

1 Porção de Melão



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - [www.bebedouro.sp.gov.br](http://www.bebedouro.sp.gov.br)

**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** – Aveni da José Cutral e Juni or nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210

CARBOIDRATOS		PROTEÍNA		LÍPIDO		FIBRA	VIT A	VIT C	CÁLCIO	FERRO	SÓDIO	MAGNÉSIO	ZINCO
GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	GRAMAS	KCAL	G	µg	MG	MG	MG	MG	MG	MG
74,2	220	21	83	12	107	13,6	1127,4	180	48	3,38	2571,24	123,4	2,37



## Prefeitura Municipal de Bebedouro

Praça José Stamato Sobrinho - nº 45 - CEP 14701-009 - Cx Postal 361  
CNPJ - 45.709.920/0001-11 - Insc. Est. Isenta  
BEBEDOURO - Estado de São Paulo  
Fone: (17) 3345-9100 - [www.bebedouro.sp.gov.br](http://www.bebedouro.sp.gov.br)

**CENTRAL DE ALIMENTAÇÃO** – Aveni da José Cutral e Juni or nº2 420 Jardim Sanderson – 3343-3030/3210