



# Cardápio mês de Março

**EMEIEF PROF<sup>a</sup> OSIRA  
DE ARRUDA MENDES**





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUATÁ  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - ENSINO FUNDAMENTAL I  
MODALIDADE DE ENSINO - ENSINO FUNDAMENTAL I –PARCIAL E INTEGRAL  
ZONA - URBANA - FAIXA ETÁRIA 06-10 ANOS

EMEIEF PROFª OSIRA DE ARRUDA MENDES -02 A 06 DE MARÇO

|  | SEGUNDA-FEIRA<br>02/03/2026   | TERÇA-FEIRA<br>03/03/2026   | QUARTA-FEIRA<br>04/03/2026   | QUINTA-FEIRA<br>05/03/2026  | SEXTA-FEIRA<br>06/03/2026  |
|--|---|---|--|---|--|
| CAFÉ MANHÃ<br>PARCIAL E INTEGRAL<br>6:45   | PÃO COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM FRANGO<br>SUCO ABACAXI                                       | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM CARNE<br>SUCO DE<br>MARACUJÁ                                       |
| ALMOÇO PARCIAL<br>9:50 - 10:15<br>10:15-10:40<br>10:40 - 11:05<br>ALMOÇO INTEGRAL<br>10:40 - 11:05<br>ALMOÇO TARDE<br>12:00H | ARROZ, FEIJÃO<br>SASSAMI (MOLHO<br>DE TOMATE,<br>CENOURA, SALSA E<br>CEBOLINHA) | ARROZ,FEIJÃO<br><br>CARNE MOÍDA<br>REFOGADA<br>(TOMATE ,PIMENTÃO,<br>SALSA E<br>CEBOLINHA ) | ARROZ, FEIJÃO<br>ISCAS DE CARNE<br>DE PANELA<br><br>SALADA DE TOMATE | ARROZ E FEIJÃO<br>FRANGO XADREZ<br>(SASSAMI ,<br>BRÓCOLIS,PIMENTÃO,<br>SALSA E CEBOLINHA) | ARROZ E FEIJÃO,<br>CARNE CUBOS COM<br>BATATA<br><br>SALADA DE<br>BETERRABA |
| FRUTA DO DIA   |   |   | BANANA   | MELÃO   | MELÂNCIA   |
| LANCHE TARDE<br>14:10 - 14:35<br>14:35 - 15:00<br>15:00 - 15:25  | PÃO COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM FRANGO<br>SUCO ABACAXI                                       | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM CARNE<br>SUCO DE<br>MARACUJÁ                                       |
| LANCHE TARDE<br>INTEGRAL<br>15:00H   | PÃO COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU  | PÃO COM FRANGO<br>SUCO MARACUJÁ   | PÃO COM FRANGO<br>SUCO ABACAXI                                       | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM CARNE<br>SUCO DE<br>MARACUJÁ                                       |

**Obs.** A data de oferta das frutas e verduras pode ser alterada devido a problemas com o fornecimento ou grau de maturação, desde que a equipe de nutrição seja previamente informada. **O Cardápio só pode ser alterado com autorização da Equipe de Nutrição.**

Jaqueline Cardoso  
Figueira de Oliveira  
NUTRICIONISTA  
CRN3: 39420

Karina Casanova Lima  
NUTRICIONISTA  
CRN3: 8460



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUATÁ  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - ENSINO FUNDAMENTAL I  
MODALIDADE DE ENSINO - ENSINO FUNDAMENTAL I –PARCIAL E INTEGRAL  
ZONA - URBANA - FAIXA ETÁRIA 06-10 ANOS

EMEIEF PROFª OSIRA DE ARRUDA MENDES -09 A 13 DE MARÇO

|  | SEGUNDA-FEIRA<br>09/03/2026   | TERÇA-FEIRA<br>10/03/2026  | QUARTA-FEIRA<br>11/03/2026  | QUINTA-FEIRA<br>12/03/2026                                 | SEXTA-FEIRA<br>13/03/2026   |
|--|---|--|---|--|---|
| CAFÉ MANHÃ<br>PARCIAL E INTEGRAL<br>6:45   | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM FRANGO<br>SUCO DE MARACUJÁ  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU                        | PÃO COM CARNE<br>SUCO DE ABACAXI  |
| ALMOÇO PARCIAL<br>9:50 - 10:15<br>10:15-10:40<br>10:40 - 11:05<br><br>ALMOÇO INTEGRAL<br>10:40 - 11:05<br><br>ALMOÇO TARDE<br>12:00H | ARROZ, FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA,<br>(TOMATE ,PIMENTÃO,<br>SALSA,ERVILHA E<br>CEBOLINHA ) | ARROZ,FEIJÃO<br>CUBOS DE<br>SASSAMI<br>REFOGADO COM<br>CENOURA, SALSA E<br>CEBOLINHA | ARROZ E FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA<br>REFOGADA COM<br>BATATA , TOMATE E<br>PIMENTÃO<br><br>POLENTA | ARROZ E FEIJÃO<br>SASSAMI AO MOLHO<br><br>SALADA DE PEPINO | ARROZ E FEIJÃO<br>STROGONOFF DE<br>ISCAS DE CARNE<br><br>SALADA DE<br>REPOLHO |
| FRUTA DO DIA   |   |  | BANANA  | BANANA   | MELÂNCIA  |
| LANCHE TARDE<br>14:10 - 14:35<br>14:35 - 15:00<br>15:00 - 15:25  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM FRANGO<br>SUCO DE MARACUJÁ  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU                        | PÃO COM CARNE<br>SUCO DE ABACAXI  |
| LANCHE TARDE<br>INTEGRAL<br>15:00H   | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM FRANGO<br>SUCO DE MARACUJÁ  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU                        | PÃO COM CARNE<br>SUCO DE ABACAXI  |

**Obs.** A data de oferta das frutas e verduras pode ser alterada devido a problemas com o fornecimento ou grau de maturação, desde que a equipe de nutrição seja previamente informada. **O Cardápio só pode ser alterado com autorização da Equipe de Nutrição.**

Jaqueline Cardoso  
Figueira de Oliveira  
NUTRICIONISTA  
CRN3: 39420

Karina Casanova Lima  
NUTRICIONISTA  
CRN3: 8460



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUATÁ  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - ENSINO FUNDAMENTAL I  
MODALIDADE DE ENSINO - ENSINO FUNDAMENTAL I –PARCIAL E INTEGRAL  
ZONA - URBANA - FAIXA ETÁRIA 06-10 ANOS

EMEIEF PROFª OSIRA DE ARRUDA MENDES -16 A 20 DE MARÇO

|  | SEGUNDA-FEIRA<br>16/03/2026   | TERÇA-FEIRA<br>17/03/2026  | QUARTA-FEIRA<br>18/03/2026                                       | QUINTA-FEIRA<br>19/03/2026  | SEXTA-FEIRA<br>20/03/2026  |
|--|---|--|--|---|--|
|  | SEGUNDA-FEIRA<br>02/03/2026   | TERÇA-FEIRA<br>03/03/2026  | QUARTA-FEIRA<br>04/03/2026                                       | QUINTA-FEIRA<br>05/03/2026  | SEXTA-FEIRA<br>06/03/2026  |
| CAFÉ MANHÃ<br>PARCIAL E INTEGRAL<br>6:45   | PÃO COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU  | PÃO COM FRANGO<br>SUCO ABACAXI                                   | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM CARNE<br>SUCO DE<br>MARACUJÁ                                   |
| ALMOÇO PARCIAL<br>9:50 - 10:15<br>10:15-10:40<br>10:40 - 11:05<br>ALMOÇO INTEGRAL<br>10:40 - 11:05<br>ALMOÇO TARDE<br>12:00H | ARROZ, FEIJÃO<br>SASSAMI (MOLHO<br>DE TOMATE,<br>CENOURA, SALSA E<br>CEBOLINHA) | ARROZ,FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA,<br>(TOMATE ,PIMENTÃO,<br>SALSA E<br>CEBOLINHA ) | ARROZ, FEIJÃO<br>ISCAS DE CARNE<br>DE PANELA<br>SALADA DE TOMATE | ARROZ E FEIJÃO<br>FRANGO XADREZ<br>(SASSAMI ,<br>BRÓCOLIS,PIMENTÃO,<br>SALSA E CEBOLINHA) | ARROZ E FEIJÃO,<br>CARNE CUBOS COM<br>BATATA<br>SALADA DE<br>BETERRABA |
| FRUTA DO DIA   |   |  | BANANA   | MELÃO   | MELÂNCIA   |
| LANCHE TARDE<br>14:10 - 14:35<br>14:35 - 15:00<br>15:00 - 15:25  | PÃO COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU  | PÃO COM FRANGO<br>SUCO ABACAXI                                   | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM CARNE<br>SUCO DE<br>MARACUJÁ                                   |

**Obs.** A data de oferta das frutas e verduras pode ser alterada devido a problemas com o fornecimento ou grau de maturação, desde que a equipe de nutrição seja previamente informada. **O Cardápio só pode ser alterado com autorização da Equipe de Nutrição.**

Jaqueline Cardoso  
Figueira de Oliveira  
NUTRICIONISTA  
CRN3: 39420

Karina Casanova Lima  
NUTRICIONISTA  
CRN3: 8460



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE QUATÁ  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO - ENSINO FUNDAMENTAL I  
MODALIDADE DE ENSINO - ENSINO FUNDAMENTAL I –PARCIAL E INTEGRAL  
ZONA - URBANA - FAIXA ETÁRIA 06-10 ANOS

EMEIEF PROFª OSIRA DE ARRUDA MENDES -23 A 31 DE MARÇO

|   | SEGUNDA-FEIRA<br>23/03/2026<br>30/03/2026  | TERÇA-FEIRA<br>24/03/2026<br>31/03/2026  | QUARTA-FEIRA<br>25/03/2026  | QUINTA-FEIRA<br>26/03/2026                                 | SEXTA-FEIRA<br>27/03/2026   |
|---|--|--|---|--|---|
| CAFÉ MANHÃ<br>PARCIAL E INTEGRAL<br>6:45  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU  | PÃO COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM FRANGO<br>SUCO DE MARACUJÁ  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU                        | PÃO COM CARNE<br>SUCO DE ABACAXI  |
| ALMOÇO PARCIAL<br>9:50 -10:15<br>10:15-10:40<br>10:40 - 11:05<br>ALMOÇO INTEGRAL<br>10:40 - 11:05<br>ALMOÇO TARDE<br>12:00H | ARROZ, FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA<br>REFOGADA<br>(TOMATE ,PIMENTÃO,<br>SALSA,ERVILHA E<br>CEBOLINHA ) | ARROZ,FEIJÃO<br>CUBOS DE<br>SASSAMI<br>REFOGADO COM<br>CENOURA, SALSA E<br>CEBOLINHA | ARROZ E FEIJÃO<br>CARNE MOÍDA<br>REFOGADA COM<br>BATATA , TOMATE E<br>PIMENTÃO<br><br>POLENTA | ARROZ E FEIJÃO<br>SASSAMI AO MOLHO<br><br>SALADA DE PEPINO | ARROZ E FEIJÃO<br>STROGONOFF DE<br>ISCAS DE CARNE<br><br>SALADA DE<br>REPOLHO |
| FRUTA DO DIA  |  |  | BANANA  | MELÂNCIA   | MAÇÃ  |
| LANCHE TARDE<br>14:10 - 14:35<br>14:35 - 15:00<br>15:00 - 15:25   | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU  | PÃO COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM FRANGO<br>SUCO DE MARACUJÁ  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU                        | PÃO COM CARNE<br>SUCO DE ABACAXI  |
| LANCHE TARDE<br>INTEGRAL<br>15:00H  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU  | PÃO COM<br>MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU   | PÃO COM FRANGO<br>SUCO DE MARACUJÁ  | PÃO COM MANTEIGA<br>LEITE COM CACAU                        | PÃO COM CARNE<br>SUCO DE ABACAXI  |

**Obs.** A data de oferta das frutas e verduras pode ser alterada devido a problemas com o fornecimento ou grau de maturação, desde que a equipe de nutrição seja previamente informada. **O Cardápio só pode ser alterado com autorização da Equipe de Nutrição.**

Jaqueline Cardoso  
Figueira de Oliveira  
NUTRICIONISTA  
CRN3: 39420

Karina Casanova Lima  
NUTRICIONISTA  
CRN3: 8460