



Prefeitura Municipal de Capão Bonito
Cardápio / 2026 - Setor de Alimentação Escolar
Escola Estadual – Período Integral (Nível Médio) – Idade de 15 a 18 anos – 1ª Semana

Segunda -feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
Desjejum (7 – 7:30 h)				
Leite c/ chocolate 40 % cacau / biscoito salgado	Leite chocolate 40% cacau / pão francês c/ margarina	iogurte/ biscoito (doce ou salgado)	Leite c/ chocolate 40% cacau / pão francês c/ margarina	Leite c/ chocolate 40 % cacau / biscoito doce
Colação (09 h)				
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço (12 h)				
Arroz, feijão e carne moída c/molho nutritivo.	Arroz, feijão, copa lombo refogado com batata. Salada. Fruta.	Arroz, Feijão, omelete fantasia. Salada. Fruta.	Macarrão c/molho nutritivo, sobrecoxa assada. Salada. Fruta	Arroz, feijão, músculo com legumes. Salada.
Lanche da tarde (15 h)				
Leite c/ chocolate 40 % cacau / pão francês c/ margarina. Fruta	Lanche Nutritivo, Suco de fruta	Leite c/ chocolate 40 % cacau / pão francês c/ margarina. Fruta.	Canjica.	Torta de legumes c/sassami e Suco de fruta.

Verônica Lima Ramos – Nutricionista CRN3 45322

quarta-feira, 18 de março de 2026



Prefeitura Municipal de Capão Bonito
Cardápio/ 2026 - Setor de Alimentação Escolar
Escola Estadual – Período Integral (Nível Médio) – Idade de 15 a 18 anos – 2ª Semana

Segunda-feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
Desjejum (7– 7:30 h)				
Leite c/ chocolate 40 % cacao / biscoito salgado	Leite chocolate 40% cacao / pão francês c/ margarina	Leite c/ chocolate 40% cacao / biscoito (doce ou salgado)	Leite c/ chocolate 40% cacao / pão francês c/ margarina	Leite c/ chocolate 40 % cacao / biscoito doce
Colação (09 h)				
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço (12 h)				
Arroz c/sassami e feijão	Arroz, feijão, carne moída com legumes. Fruta.	Arroz, feijão, farofa de ovos com legumes. Salada. Fruta.	Arroz, feijão, Strogonoff nutritivo (cubos)Salada. Fruta.	Macarrão c/molho nutritivo, linguiça assada. Salada
Lanche da tarde (15 h)				
Leite c/ chocolate 40 % cacao / pão francês c/ margarina.	Leite c/ chocolate 40 % cacao / bolo de banana com aveia	Leite c/ chocolate 40 % cacao / pão francês c/ margarina.	Leite c/ chocolate / Bolo de chocolate integral	Torta salgada c/recheio de carne moída e suco nutritivo.

Verônica Lima Ramos – Nutricionista CRN3 45322

quarta-feira, 18 de março de 2026



Prefeitura Municipal de Capão Bonito
Cardápio / 2026 - Setor de Alimentação Escolar
Escola Estadual – Período Integral (Nível Médio) – Idade de 15 a 18 anos – 3ª Semana

Segunda-feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
Desjejum (7 – 7:30 h)				
Leite c/ chocolate 40 % cacau / biscoito salgado	Leite chocolate 40% cacau / pão francês c/ margarina	Leite c/ chocolate 40% cacau / biscoito (doce ou salgado)	Leite c/ chocolate 40% cacau / pão francês c/ margarina	Leite c/ chocolate 40 % cacau / biscoito doce
Colação (9 h)				
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço (12 h)				
Polenta com molho de tomate nutritivo e carne moída . Arroz. Feijão.	Arroz com frango (sassami), feijão. Vinagrete. Fruta .	Arroz, feijão, omelete Fantasia . Salada. Fruta	Arroz primavera (colorido c/legumes), feijão, sobrecoxa assada . Salada. Fruta .	Arroz, feijão, copa lombo ou músculo . Farofa de couve ou repolho ou abobrinha.
Lanche da tarde (15 h)				
Leite c/ chocolate 40 % cacau / pão francês c/ margarina. Fruta.	Lanche Nutritivo, Suco de fruta.	Leite c/ chocolate 40 % cacau / pão c/ margarina.	Canjica.	Torta Cremosa c/ carne moída e Suco de fruta.

Verônica Lima Ramos – Nutricionista CRN3 45322

quarta-feira, 18 de março de 2026



Prefeitura Municipal de Capão Bonito
Cardápio/ 2026 - Setor de Alimentação Escolar
Escola Estadual – Período Integral (Nível Médio) – Idade de 15 a 18 anos – 4ª Semana

Segunda-feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
Desjejum (7 – 7:30 h)				
Leite c/ chocolate 40 % cacau / biscoito salgado	Leite chocolate 40% cacau / pão francês c/ margarina	Leite chocolate 40%/ biscoito (doce ou salgado)	Leite c/chocolate 40% / pão com requeijão	Leite c/ chocolate 40 % cacau / biscoito doce
Colação (09 h)				
Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
Almoço (12 h)				
Arroz, feijão, carne moída c/molho nutritivo	Arroz, feijão, copa lombo refogado com batata. Salada. Fruta.	Arroz, Feijão, Farofa de ovos com legumes. Salada. Fruta.	Arroz, feijão, carne em cubos c/ legumes. Salada. Fruta.	Macarrão com molho de tomate nutritivo linguiça assada. Salada.
Lanche da tarde (15 h)				
Leite c/ chocolate 40 % cacau / pão francês c/ margarina.	Leite c/ chocolate 40 % cacau / bolo de banana com aveia	Leite c/ chocolate 40 % cacau / pão francês c/ margarina.	Suco de polpa/ Bolo de chocolate integral	Torta Salgada c/ recheio de frango. Suco de fruta.

Verônica Lima Ramos – Nutricionista CRN3 45322

quarta-feira, 18 de março de 2026