



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE APIACÁS/MT

ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL CONSTRUINDO O SABER

CRECHE E PRÉ ESCOLA

PERÍODO PARCIAL 20% PARA PRÉ E PERÍODO PARCIAL 30% CRECHE

(ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS POSSUI SUAS SUBSTITUIÇÕES ALIMENTARES CONFORME LAUDOS E NECESSIDADES).

HORÁRIO	2ª FEIRA 02/03/2026	3ª FEIRA 03/03/2026	4ª FEIRA 04/03/2026	5ª FEIRA 05/03/2026	6ª FEIRA 06/03/2026
LANCHE GERAL	PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA/SUCO DE POLPA.	ARROZ/ ISCAS DE CARNE COM CABOTIÃ E FEIJÃO.	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA/SALADA DE ALFACE E ALMEIRÃO	SOPA DE LEGUMES COM PEITO DE FRANGO.	BOLO DE CACAU EM PÓ/ SUCO DE POLPA.
8:45/14:15	Ingredientes: Pão francês, acém moído, colorau, alho, chimichurri, cebola, sal e óleo, polpa de fruta. Creche: suco de abacaxi Pré: suco de polpa.	Ingredientes: Arroz branco, feijão carioca, abóbora cabotiã, alho, cebola, colorau, óleo, sal, cheiro verde, chimichurri e patinho em iscas.	Ingredientes: Macarrão parafuso, alho cebola, sal, óleo, chimichurri, cheiro verde, colorau, acém moído, alface, rúcula e azeite.	Ingredientes: Macarrão padre nosso, cenoura, batata inglesa, abobrinha, peito de frango, alho, cebola, sal e óleo.	Ingredientes: Trigo, ovos, óleo, cacau 100%, água, fermento, polpa de fruta. Creche: suco de abacaxi Pré: suco de polpa.

10:20 14:00	Creche: Banana	Creche: Abacaxi	TODOS: Goiaba	Creche: Banana	Pré: Maçã Creche: Abacaxi
Composição nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)		PTN (g)	
		55 a 65% do VET		10 a 15% do VET	
		30,9g		9,4g	
		61,9%		18,8%	
	200 kcal	LPD (g)		15 a 30% do VET	
		4,3g		19,3%	

OBS: SALADAS E FRUTAS ESTÃO SUJEITAS A PERÍODO E SAFRA, PODENDO SER SUBSTITUIDAS POR OUTRAS.

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO SEM AÇÚCARES PARA ALUNOS MENORES DE 3 ANOS.

ERDILENE BUENO ONOFRE – NUTRICIONISTA RT PNAE – CRN1 15191





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE APIACÁS/MT

ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL CONSTRUINDO O SABER

CRECHE E PRÉ ESCOLA

PERÍODO PARCIAL 20% PARA PRÉ E PERÍODO PARCIAL 30% CRECHE

(ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS POSSUI SUAS SUBSTITUIÇÕES ALIMENTARES CONFORME LAUDOS E NECESSIDADES).

HORÁRIO	2ª FEIRA 09/03/2026	3ª FEIRA 10/03/2026	4ª FEIRA 11/03/2026	5ª FEIRA 12/03/2026	6ª FEIRA 13/03/2026
LANCHE GERAL 8:45/14:15	PÃO MINI DOG COM MANTEIGA/ACHOCOLATADO Ingredientes: Pão mini dog, manteiga, leite em pó, cacau em pó.	ARROZ/ FEJÃO/ CARNE MOÍDA/SALADA DE COUVE E VAGEM Ingredientes: Arroz branco, feijão carioca, carne moída, vagem, alho, cebola, limão, óleo, sal, cheiro verde e chimichurri.	MACARRÃO COM ISCAS DE CARNE /SALADA DE ALFACE. Ingredientes: Macarrão parafuso, alho cebola, sal, óleo, chimichurri, cheiro verde, colorau, patinho em iscas, alface e azeite.	SOPA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA. Ingredientes: Macarrão padre nosso, cenoura, mandioca, abobrinha, acém moído, alho, cebola, sal e óleo.	TORTA DE CARNE MOÍDA E LEGUMES/SUCO DE POLPA Ingredientes: Farinha de trigo, ovos, fermento, acém moído, cenoura ralada, cheiro verde, alho, cebola, sal e óleo. Creche: suco de laranja. Pré: suco de maracujá ou abacaxi
10:20 16:20	Creche: Mamão	TODOS: Banana nanica	Creche: Laranja	Creche: Mamão	TODOS: Melancia

Composição nutricional
(média semanal)

Energia (kcal)

CHO (g)

PTN (g)

LPD (g)

55 a 65% do VET

10 a 15% do VET

15 a 30% do VET

232 kcal

34g

10,8g

5,8g

58,47%

18,7%

22,6%

OBS: SALADAS E FRUTAS ESTÃO SUJEITAS A PERÍODO E SAFRA, PODENDO SER SUBSTITUIDAS POR OUTRAS.

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO SEM AÇÚCARES PARA ALUNOS MENORES DE 3 ANOS.

ERDILENE BUENO ONOFRE – NUTRICIONISTA RT PNAE – CRN1 15191





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE APIACÁS/MT

ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL CONSTRUINDO O SABER

CRECHE E PRÉ ESCOLA

PERÍODO PARCIAL 20% PARA PRÉ E PERÍODO PARCIAL 30% CRECHE

(ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS POSSUI SUAS SUBSTITUIÇÕES ALIMENTARES CONFORME LAUDOS E NECESSIDADES).

HORÁRIO	2ª FEIRA 16/03/2026	3ª FEIRA 17/03/2026	4ª FEIRA 18/03/2026	5ª FEIRA 19/03/2026	6ª FEIRA 20/03/2026
LANCHE GERAL	PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA/SUCO DE POLPA.	ARROZ/ FEJÃO/ COXA E SOBRECOXA AO MOLHO/SALADA DE PEPINO	MACARRÃO COM CARNE MOÍDA/SALADA DE ALFACE E RÚCULA	SOPA DE LEGUMES COM PEITO DE FRANGO.	BOLO DE CACAU EM PÓ/ SUCO DE POLPA/FRUTA.
8:45/14:15	Ingredientes: Pão francês, acém moído, colorau, alho, chimichurri, cebola, sal e óleo, polpa de fruta. Creche: suco de abacaxi Pré: suco de polpa.	Ingredientes: Arroz branco, feijão carioca, coxa e sobrecoxa ao molho, peino, alho, cebola, óleo, sal, vinagre, azeite, cheiro verde e chimichurri.	Ingredientes: Macarrão parafuso, alho cebola, sal, óleo, chimichurri, cheiro verde, colorau, acém moído, alface, rúcula e azeite.	Ingredientes: Macarrão padre nosso, cenoura, batata inglesa, abobrinha, peito de frango, alho, cebola, sal e óleo.	Ingredientes: Trigo, ovos, óleo, cacau 100%, água, fermento, polpa de fruta. Creche: suco de abacaxi Pré: suco de melão.
10:20 16:20	Creche: Mamão	TODOS: Banana maçã	Creche: mamão	Creche: Mamão	TODOS: Abacaxi

Composição nutricional
(média semanal)

Energia (kcal)

CHO (g)

PTN (g)

LPD (g)

55 a 65% do VET

10 a 15% do VET

15 a 30% do VET

206 kcal

31,1g

9,7g

4,7g

60,5%

18,8%

20,6%

OBS: SALADAS E FRUTAS ESTÃO SUJEITAS A PERÍODO E SAFRA, PODENDO SER SUBSTITUIDAS POR OUTRAS.

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO SEM AÇÚCARES PARA ALUNOS MENORES DE 3 ANOS.

ERDILENE BUENO ONOFRE – NUTRICIONISTA RT PNAE – CRN1 15191





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE APIACÁS/MT

ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL CONSTRUINDO O SABER

CRECHE E PRÉ ESCOLA

PERÍODO PARCIAL 20% PARA PRÉ E PERÍODO PARCIAL 30% CRECHE

(ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS POSSUI SUAS SUBSTITUIÇÕES ALIMENTARES CONFORME LAUDOS E NECESSIDADES).

HORÁRIO	2ª FEIRA 23/03/2026	3ª FEIRA 24/03/2026	4ª FEIRA 25/03/2026	5ª FEIRA 26/03/2026	6ª FEIRA 27/03/2026
LANCHE GERAL	PÃO MINI DOG COM MANTEIGA/ACHOCOLATADO	ARROZ TEMPERADO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES/SALADA DE REPOLHO	MACARRÃO COM ISCAS DE CARNE/SALADA DE ALFACE.	SOPA DE LEGUMES COM CARNE MOÍDA.	BOLO DE CACAU EM PÓ/ SUCO DE POLPA.
8:45/14:15	Ingredientes: Pão mini dog, manteiga, leite em pó, cacau em pó.	Ingredientes: Arroz branco, feijão carioca, carne moída, alho, milho verde, cenoura, repolho, cebola, óleo, sal, cheiro verde e chimichurri.	Ingredientes: Macarrão parafuso, alho cebola, sal, óleo, chimichurri, cheiro verde, colorau, acém em iscas, alface e azeite.	Ingredientes: Macarrão padre nosso, cenoura, batata inglesa, abobrinha, acém moído, alho, cebola, sal e óleo.	Ingredientes: Trigo, ovos, óleo, cacau 100%, água, fermento, polpa de fruta. Creche: suco de abacaxi Pré: suco de polpa.
10:20 16:20	Creche: Mamão	TODOS: BANANA NANICA	Creche: Laranja	Creche: Melão	Todos: MELANCIA

Composição nutricional
(média semanal)

Energia (kcal)

CHO (g)

PTN (g)

LPD (g)

55 a 65% do VET

10 a 15% do VET

15 a 30% do VET

249 kcal

39,7g

10,6g

5,4g

63,6%

17%

19,4%

OBS: SALADAS E FRUTAS ESTÃO SUJEITAS A PERÍODO E SAFRA, PODENDO SER SUBSTITUIDAS POR OUTRAS.

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO SEM AÇÚCARES PARA ALUNOS MENORES DE 3 ANOS.

ERDILENE BUENO ONOFRE – NUTRICIONISTA RT PNAE – CRN1 15191

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE APIACÁS/MT





ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL CONSTRUINDO O SABER
CRECHE E PRÉ ESCOLA

PERÍODO PARCIAL 20% PARA PRÉ E PERÍODO PARCIAL 30% CRECHE

(ALUNOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS POSSUI SUAS SUBSTITUIÇÕES ALIMENTARES CONFORME LAUDOS E NECESSIDADES).

HORÁRIO	2ª FEIRA 30/03/2026	3ª FEIRA 31/03/2026	4ª FEIRA 01/04/2026	5ª FEIRA 02/04/2026	6ª FEIRA 03/04/2026
LANCHE GERAL	PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA/SUCO DE POLPA.	ARROZ/ FEJÃO/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADA COM CEBOLA E TOMATE E SALADA DE VAGEM.			
8:45/14:15	Ingredientes: Pão francês, acém moído, colorau, alho, chimichurri, cebola, sal e óleo, polpa de fruta. Creche: suco de abacaxi Pré: suco de polpa.	Ingredientes: Arroz branco, feijão carioca, filé de tilápia, tomate, vagem, alho, cebola, limão, óleo, sal, cheiro verde e chimichurri			
10:20 16:20	Creche: Mamão	TODOS: BANANA MAÇÃ	Creche: Laranja	Creche: Melão	Todos: MELANCIA

Composição nutricional
(média semanal)

Energia (kcal)

CHO (g)

PTN (g)

LPD (g)

55 a 65% do VET

10 a 15% do VET

15 a 30% do VET

249 kcal

39,7g

10,6g

5,4g

63,6%

17%

19,4%

OBS: SALADAS E FRUTAS ESTÃO SUJEITAS A PERÍODO E SAFRA, PODENDO SER SUBSTITUIDAS POR OUTRAS.

TODAS AS REFEIÇÕES SÃO SEM AÇÚCARES PARA ALUNOS MENORES DE 3 ANOS.

ERDILENE BUENO ONOFRE – NUTRICIONISTA RT PNAE – CRN1 15191

