



CARDÁPIO MENSAL - MARÇO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 2 E 3 [PARCIAL E INTEGRAL]

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
		03/03/2025	04/03/2025	05/03/2025	06/03/2025	07/03/2025
CAFÉ DA MANHÃ	FERIADO	FERIADO	FERIADO	LEITE INTEGRAL	LEITE C/ BANANA	LEITE C/ BANANA E CACAU
MERENDA DA MANHÃ				PÃO C/ MANTEIGA	PÃO C/ MANTEIGA	PÃO C/ MANTEIGA
CAFÉ DA TARDE				ARROZ E FEIJÃO	ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO PARAFUSO
				STROGONOFF DE FRANGO	CARNE C/ ABOBRINHA	BOLONHESA
				SALADA DE REPOLHO ROXO E TOMATE	SALADA DE ALFACE E BETERRABA [3]	LARANJA PERA
MERENDA DA TARDE	MAÇÃ FUJI/ GALA	BANANA NANICA	LARANJA PERA			
1				LEITE C/ BANANA	LEITE C/ BANANA E CACAU	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR
				PÃO C/ MANTEIGA	PÃO C/ MANTEIGA	PÃO C/ MANTEIGA
				ARROZ E FEIJÃO	MACARRÃO PARAFUSO	ARROZ E FEIJÃO
				STROGONOFF DE FRANGO	BOLONHESA	CARNE C/ ABOBRINHA
				SALADA DE REPOLHO ROXO E TOMATE	LARANJA PERA	SALADA DE ALFACE E BETERRABA [3]
				MAÇÃ FUJI/ GALA		BANANA NANICA



CARDÁPIO MENSAL - MARÇO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 2 E 3 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA 10/03/2025	3ª FEIRA 11/03/2025	4ª FEIRA 12/03/2025	5ª FEIRA 13/03/2025	6ª FEIRA 14/03/2025
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ACELGA E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE PEPINO E TOMATE MAMÃO FORMOSA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CHUCHU SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE BANANA SALADA DE RÚCULA E BETERRABA [3] ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO E TOMATE MELANCIA
CAFÉ DA TARDE	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ACELGA E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE PEPINO E TOMATE MAMÃO FORMOSA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CHUCHU SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE BANANA SALADA DE RÚCULA E BETERRABA [3] ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO E TOMATE MELANCIA



CARDÁPIO MENSAL - MARÇO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 2 E 3 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA 17/03/2025	3ª FEIRA 18/03/2025	4ª FEIRA 19/03/2025	5ª FEIRA 20/03/2025	6ª FEIRA 21/03/2025
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	FERIADO
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ LENTILHA SALADA DE REPOLHO E BETERRABA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE ALFACE E PEPINO BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE COUVE E CENOURA [3] MELÃO	ARROZ E FAROFINHA FEIJOADA LARANJA PERA	
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ BANANA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ LENTILHA SALADA DE REPOLHO E BETERRABA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE ALFACE E PEPINO BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE COUVE E CENOURA [3] MELÃO	ARROZ E FAROFINHA FEIJOADA LARANJA PERA	



CARDÁPIO MENSAL - MARÇO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 2 E 3 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA 24/03/2025	3ª FEIRA 25/03/2025	4ª FEIRA 26/03/2025	5ª FEIRA 27/03/2025	6ª FEIRA 28/03/2025
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ FEIJÃO BRANCO SALADA DE REPOLHO ROXO E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE CARNE SALADA DE RÚCULA E PEPINO ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE PEPINO E TOMATE MAMÃO FORMOSA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CHUCHU SALADA DE COUVE E BETERRABA [3] MELANCIA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE CARNE, CENOURA E COUVE SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ BANANA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ FEIJÃO BRANCO SALADA DE REPOLHO ROXO E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE CARNE SALADA DE RÚCULA E PEPINO ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE PEPINO E TOMATE MAMÃO FORMOSA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CHUCHU SALADA DE COUVE E BETERRABA [3] MELANCIA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE CARNE, CENOURA E COUVE SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA



CARDÁPIO MENSAL - MARÇO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 2 E 3 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA 31/03/2025	3ª FEIRA 01/04/2025	4ª FEIRA 02/04/2025	5ª FEIRA 03/04/2025	6ª FEIRA 04/04/2025
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ BANANA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ACELGA E TOMATE MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE ESCAROLA E PEPINO ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CHUCHU SALADA DE MOSTARDA E BETERRABA [3] MELÃO	POLENTA FRANGO C/ CENOURA LARANJA PERA
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU S/ AÇÚCAR PÃO C/ MANTEIGA	LEITE INTEGRAL PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ BANANA E CACAU PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ACELGA E TOMATE MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE ESCAROLA E PEPINO ABACAXI	POLENTA FRANGO C/ CENOURA LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CHUCHU SALADA DE MOSTARDA E BETERRABA [3] MELÃO



CARDÁPIO MENSAL - MARÇO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 4 E 5 [PARCIAL E INTEGRAL]

		2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
		03/03/2025	04/03/2025	05/03/2025	06/03/2025	07/03/2025
1	CAFÉ DA MANHÃ	FERIADO	FERIADO	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA
	MERENDA DA MANHÃ			ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA DE REPOLHO ROXO E TOMATE MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ ABOBRINHA SALADA DE ALFACE E BETERRABA [3] BANANA NANICA	MACARRÃO PARAFUSO BOLONHESA LARANJA PERA
	CAFÉ DA TARDE			LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA
	MERENDA DA TARDE			ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO SALADA DE REPOLHO ROXO E TOMATE MAÇÃ FUJI/ GALA	MACARRÃO PARAFUSO BOLONHESA LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ ABOBRINHA SALADA DE ALFACE E BETERRABA [3] BANANA NANICA



CARDÁPIO MENSAL - MARÇO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 4 E 5 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	10/03/2025	11/03/2025	12/03/2025	13/03/2025	14/03/2025
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ACELGA E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE PEPINO E TOMATE MAMÃO FORMOSA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CHUCHU SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE BANANA SALADA DE RÚCULA E BETERRABA [3] ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO E TOMATE MELANCIA
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ACELGA E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE PEPINO E TOMATE MAMÃO FORMOSA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CHUCHU SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFA DE BANANA SALADA DE RÚCULA E BETERRABA [3] ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ CENOURA SALADA DE ALMEIRÃO E TOMATE MELANCIA



CARDÁPIO MENSAL - MARÇO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 4 E 5 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA 17/03/2025	3ª FEIRA 18/03/2025	4ª FEIRA 19/03/2025	5ª FEIRA 20/03/2025	6ª FEIRA 21/03/2025
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	FERIADO
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ LENTILHA SALADA DE REPOLHO E BETERRABA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE ALFACE E PEPINO BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE COUVE E CENOURA [3] MELÃO	ARROZ E FAROFINHA FEIJOADA LARANJA PERA	
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ LENTILHA SALADA DE REPOLHO E BETERRABA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE ALFACE E PEPINO BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE COUVE E CENOURA [3] MELÃO	ARROZ E FAROFINHA FEIJOADA LARANJA PERA	



CARDÁPIO MENSAL - MARÇO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 4 E 5 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	24/03/2025	25/03/2025	26/03/2025	27/03/2025	28/03/2025
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ FEIJÃO BRANCO SALADA DE REPOLHO ROXO E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE CARNE SALADA DE RÚCULA E PEPINO ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE PEPINO E TOMATE MAMÃO FORMOSA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CHUCHU SALADA DE COUVE E BETERRABA [3] MELANCIA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFÁ DE CARNE, CENOURA E COUVE SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ FEIJÃO BRANCO SALADA DE REPOLHO ROXO E CENOURA [3] MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO STROGONOFF DE CARNE SALADA DE RÚCULA E PEPINO ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE PEPINO E TOMATE MAMÃO FORMOSA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CHUCHU SALADA DE COUVE E BETERRABA [3] MELANCIA	ARROZ E FEIJÃO PRETO FAROFÁ DE CARNE, CENOURA E COUVE SALADA DE ALFACE E RABANETE BANANA NANICA



CARDÁPIO MENSAL - MARÇO.xlsx

UNIDADE: EMEB HERDEIROS DO FUTURO - FASES 4 E 5 [PARCIAL E INTEGRAL]

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	31/03/2025	01/04/2025	02/04/2025	03/04/2025	04/04/2025
CAFÉ DA MANHÃ	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA MANHÃ	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ACELGA E TOMATE MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE ESCAROLA E PEPINO ABACAXI	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CHUCHU SALADA DE MOSTARDA E BETERRABA [3] MELÃO	POLENTA FRANGO C/ CENOURA LARANJA PERA
CAFÉ DA TARDE	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CAFÉ PÃO C/ MANTEIGA	LEITE C/ CACAU PÃO C/ MANTEIGA
MERENDA DA TARDE	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ GRÃO-DE-BICO SALADA DE ACELGA E TOMATE MAÇÃ FUJI/ GALA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ BATATA SALADA DE ALFACE E CENOURA [3] BANANA NANICA	ARROZ E FEIJÃO FRANGO C/ BRÓCOLIS SALADA DE ESCAROLA E PEPINO ABACAXI	POLENTA FRANGO C/ CENOURA LARANJA PERA	ARROZ E FEIJÃO CARNE C/ CHUCHU SALADA DE MOSTARDA E BETERRABA [3] MELÃO