



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO PARCIAL: EMEF OLÁVIO
FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Agosto - Setembro 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		31/08	01/09	02/09	03/09	04/09
TURNO MANHÃ Kcal: 512 Ptn: 22,8 g Lip: 11,2 g Cho: 80,1 g	CAFÉ MANHÃ 9h30	Bolacha água e sal Café com leite Banana	Espaguete à bolonhesa (moída bovina) Feijão preto Cenoura ralada Banana	Bolo de aipim Café com leite Laranja	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Repolho ralado Bergamota	Pão caseiro com geleia/mel Café com leite Maçã
TURNO TARDE Kcal: 512 Ptn: 22,8 g Lip: 11,2 g Cho: 80,1 g	LANCHE TARDE 14h30	Bolacha água e sal Café com leite Banana	Espaguete à bolonhesa (moída bovina) Feijão preto Cenoura ralada Banana	Bolo de aipim Café com leite Laranja	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Repolho ralado Bergamota	Pão caseiro com geleia/mel Café com leite Maçã

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTA QT Lisângela Aparecida de Vargas
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 FNDE. Sujeito a alterações com ciência do nutricionista. Segunda sem carne.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO PARCIAL: EMEF OLÁVIO
FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Setembro 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		07/09	08/09	09/09	10/09	11/09
TURNO MANHÃ Kcal: 528 Ptn: 26,1 g Lip: 12,4 g Cho: 78 g	CAFÉ MANHÃ 9h30	FERIADO	Bolacha caseira polvilho Café com leite Banana	Polenta cremosa Feijão preto Guisadinho (moída frango) Cenoura ralada Banana	Arroz parboilizado Feijão preto Estragonofe de frango (peito) Tomate picado Maçã	Pão caseiro com margarina e queijo Café com leite Mamão
TURNO TARDE Kcal: 528 Ptn: 26,1 g Lip: 12,4 g Cho: 78 g	LANCHE TARDE 14h30		Bolacha caseira polvilho Café com leite Banana	Polenta cremosa Feijão preto Guisadinho (moída frango) Cenoura ralada Banana	Arroz parboilizado Feijão preto Estragonofe de frango (peito) Tomate picado Maçã	Pão caseiro com margarina e queijo Café com leite Mamão

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTA QT Lisângela Aparecida de Vargas
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 FNDE. Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO PARCIAL: EMEF OLÁVIO
FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Setembro 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA FARROUPILHA
		14/09	15/09	16/09	17/09	18/09
TURNO MANHÃ Kcal: 585 Ptn: 29,4 g Lip: 13,1 g Cho: 87,4 g	CAFÉ MANHÃ 9h30	Cereal com leite (adicionais: açúcar, açúcar mascavo, mel, canela, etc) Banana	Arroz carreteiro (cubos suínos) Feijão mexido Couve-manteiga com farofinha Maçã	Entrevero (cubos bovino, suíno, peito de frango + cebola, pimentão) com pão massinha Suco de uva	Arroz parboilizado Feijão preto Vaca atolada (cubos bovino + aipim) Salada tricolor: tomate, milho e pimentão verde	Galeto (coxa e sobrecoxa) e salsichão assados Arroz parboilizado Salada de maionese Tomate com cebola Suco de uva
TURNO TARDE Kcal: 585 Ptn: 29,4 g Lip: 13,1 g Cho: 87,4 g	LANCHE TARDE 14h30	Cereal com leite (adicionais: açúcar, açúcar mascavo, mel, canela, etc) Banana	Arroz carreteiro (cubos suínos) Feijão mexido Couve-manteiga com farofinha Maçã	Entrevero (cubos bovino, suíno, peito de frango + cebola, pimentão) com pão massinha Suco de uva	Arroz parboilizado Feijão preto Vaca atolada (cubos bovino + aipim) Salada tricolor: tomate, milho e pimentão verde	Galeto (coxa e sobrecoxa) e salsichão assados Arroz parboilizado Salada de maionese Tomate com cebola Suco de uva

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTA QT Lisângela Aparecida de Vargas
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 FNDE. Sujeito a alterações com ciência do nutricionista. Segunda sem carne.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO PARCIAL: EMEF OLÁVIO
FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Setembro 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		21/09	22/09	23/09	24/09	25/09
TURNO MANHÃ Kcal: 509 Ptn: 23,2 g Lip: 11,9 g Cho: 77,2 g	CAFÉ MANHÃ 9h30	Bolacha caseira polvilho Café com leite Banana	Arroz parboilizado Feijão preto Carne de panela (cubos bovino) Repolho ralado Bergamota	Pão caseiro com geleia/mel Café com leite Abacaxi	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Lentilha Cenoura refogada Banana	Pão caseiro com margarina e queijo Café com leite Mamão
TURNO TARDE Kcal: 509 Ptn: 23,2 g Lip: 11,9 g Cho: 77,2 g	LANCHE TARDE 14h30	Bolacha caseira polvilho Café com leite Banana	Arroz parboilizado Feijão preto Carne de panela (cubos bovino) Repolho ralado Bergamota	Pão caseiro com geleia/mel Café com leite Abacaxi	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Lentilha Cenoura refogada Banana	Pão caseiro com margarina e queijo Café com leite Mamão

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTA QT Lisângela Aparecida de Vargas
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 FNDE. Sujeito a alterações com ciência do nutricionista. Segunda sem carne.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO PARCIAL: EMEF OLÁVIO
FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Setembro - Outubro 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		28/09	29/09	30/09	01/10	02/10
TURNO MANHÃ Kcal: 498 Ptn: 21,5 g Lip: 11,3 g Cho: 77,6 g	CAFÉ MANHÃ 9h30	Bolacha caseira polvilho Batida de banana	Carreteiro (cubos suíno) Feijão vermelho Tomate picado Bergamota	Pão batido com geleia/mel Café com leite Maçã	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Beterraba ralada Bergamota	Bolo da Marieta Café com leite Mamão
TURNO TARDE Kcal: 498 Ptn: 21,5 g Lip: 11,3 g Cho: 77,6 g	LANCHE TARDE 14h30	Bolacha caseira polvilho Batida de banana	Carreteiro (cubos suíno) Feijão vermelho Tomate picado Bergamota	Pão batido com geleia/mel Café com leite Maçã	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Beterraba ralada Bergamota	Bolo da Marieta Café com leite Mamão

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTA QT Lisângela Aparecida de Vargas
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 FNDE. Sujeito a alterações com ciência do nutricionista. Segunda sem carne.

The background of the entire page is a repeating pattern of various fruits and vegetables. It includes items like carrots, broccoli, watermelon slices, avocados, lemons, and bell peppers, all rendered in a simple, cartoonish style. The pattern is light and airy, with small brown dots scattered throughout.

RECEITAS DO MÊS

<https://youtube.com/@setordenutricaoismecapaodac9437>

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

Para estudantes com necessidade de alimentação especial, o Setor de Nutrição deve ser informado via 1doc com o laudo da doença (diabetes, hipertensão, intolerância à lactose, alergia ao leite, etc) e demais informações necessárias para formular as adaptações no cardápio após combinações com a família/responsável do estudante. Além disso, temos o material “Necessidades Alimentares Especiais - caderno de referência para escolas municipais de Capão da Canoa”, um guia para que a comunidade escolar conheça e entenda sobre o assunto.