



Cardápio Setembro 2026

Ensino fundamental - Escola Yukio Uemura -APLV

Segunda
31/08

Terça
01/09

Quarta
02/09

Quinta
03/09

Sexta
04/09

**Café da
manhã**
07:30

PÃO FRANCÊS COM
GELEIA
LEITE DE SOJA

BOLO DE
CHOCOLATE S/LEITE
CHÁ
FRUTA

PÃO CASEIRO COM
GELEIA
CHÁ

BOLACHA SEM LEITE
VITAMINA DE FRUTA
COM LEITE DE SOJA
FRUTA

PÃO FRANCÊS COM
OVOS MEXIDOS
SUCO

Almoço
10:00

ARROZ/FEIJÃO
CARNE MOÍDA
FAROFÁ DE
LEGUMES
SALADA A

ARROZ/FEIJÃO
PERNIL DE PORCO
COZIDO
SALADA A+B

ARROZ/FEIJÃO
BIFE EM TIRAS COM
BATATA
SALADA A+B

ARROZ/FEIJÃO
LASANHA DE CARNE
SEM LEITE
SALADA: A+B

ARROZ/FEIJÃO
FILÉ DE FRANGO
SALADA: A+B

**Café da
tarde**
15:00

BOLO DE
CHOCOLATE S/LEITE
CHÁ

QUIRERA COM
PERNIL DE PORCO E
LEGUMES
FRUTA

ARROZ/FEIJÃO
BIFE EM TIRAS COM
BATATA
SALADA A+B

BOLACHA SEM LEITE
VITAMINA DE FRUTA
COM LEITE DE SOJA
FRUTA

MACARRONADA COM
CARNE
SALADA: A+B



Cardápio Setembro 2026

Ensino fundamental - Escola Yukio Uemura -APLV

Segunda
07/09

Terça
08/09

Quarta
09/09

Quinta
10/09

Sexta
11/09

**Café da
manhã**
07:30



PÃO FRANCÊS COM
GELEIA
LEITE DE SOJA

TORTA DE CARNE SEM
LEITE E LEGUMES
CHÁ
FRUTA

PÃO FRANCÊS COM
GELEIA
LEITE DE SOJA

PÃO FRANCÊS COM
OVOS MEXIDOS
CHÁ
FRUTA

Almoço
10:00

FERIADO
INDEPENDÊNCIA DO
BRASIL

ARROZ/FEIJÃO
CARNE MOÍDA
FAROFA DE
LEGUMES
SALADA A

ARROZ/FEIJÃO
CARNE DE PANELA COM
MANDIOCA
SALADA A+B

ARROZ/FEIJÃO
FRANGO ASSADO
SALADA: A+B

ARROZ/FEIJÃO
MACARRONADA COM
FRANGO
SALADA: A+B

**Café da
tarde**
15:00



TORTA DE CARNE
SEM LEITE E
LEGUMES
CHÁ

ARROZ/FEIJÃO
CARNE DE PANELA COM
MANDIOCA
SALADA A+B
FRUTA

MACARRONADA COM
FRANGO
SALADA: A+B

PÃO FRANCÊS COM
OVOS MEXIDOS
CHÁ
FRUTA



Cardápio Setembro 2026

Ensino fundamental - Escola Yukio Uemura - **APLV**

Segunda
14/09

Terça
15/09

Quarta
16/09

Quinta
17/09

Sexta
20/09

**Café da
manhã**
07:30

PÃO FRANCÊS COM GELEIA LEITE DE SOJA	PÃO CASEIRO COM GELEIA CHÁ	BOLACHA SEM LEITE LEITE DE SOJA FRUTA	PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS SUCO	QUIBE ASSADO CHÁ FRUTA
ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA FAROFÁ DE LEGUMES SALADA A	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO ASSADO SALADA A+B	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS BATATA DOCE (COZIDA OU ASSADA OU PURÊ) SALADA A+B	ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO POLENTA SALADA A+B	ARROZ/FEIJÃO FRANGO ASSADO SALADA: A
POLENTA COM CARNE MOÍDA SALADA A+B	PÃO CASEIRO COM GELEIA CHÁ	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS BATATA DOCE (COZIDA OU ASSADA OU PURÊ S/LEITE) SALADA A+B FRUTA	QUIBE ASSADO CHÁ	BOLACHA SEM LEITE LEITE DE SOJA FRUTA

Almoço
10:00

**Café da
tarde**
15:00



Cardápio Setembro 2026

Ensino fundamental - Escola Yukio Uemura - **APLV**

Segunda
21/09

Terça
22/09

Quarta
23/09

Quinta
24/09

Sexta
25/09

**Café da
manhã**
07:30

PÃO FRANCÊS COM GELEIA LEITE DE SOJA	BOLO DE FUBÁ S/LEITE CHÁ FRUTA	PÃO DOCE COM GELEIA LEITE DE SOJA	PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS CHÁ FRUTA	TORTA DE FRANGO S/LEITE E LEGUMES CHÁ
ARROZ/FEIJÃO CARNE MOÍDA FAROFÁ DE LEGUMES SALADA A	ARROZ/FEIJÃO PERNIL DE PORCO COZIDO SALADA A+B	ARROZ/FEIJÃO FILÉ DE TILÁPIA (AO MOLHO OU ASSADA) COM BATATA SALADA: A+B	ARROZ/FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA A+B	ARROZ/FEIJÃO BIFE EM TIRAS CREME DE MILHO S/LEITE SALADA A+B
BOLO DE FUBÁ S/LEITE LEITE DE SOJA	QUIRERA COM CARNE DE PANELA E LEGUMES FRUTA	ARROZ/FEIJÃO FILÉ DE TILÁPIA (AO MOLHO OU ASSADA) COM BATATA SALADA: A+B	TORTA DE FRANGO S/LEITE E LEGUMES CHÁ FRUTA	POLENTA COM FRANGO DESFIADO SALADA A+B

Almoço
10:00

**Café da
tarde**
15:00



Cardápio Setembro 2026

Ensino fundamental - Escola Yukio Uemura - **APLV**

Segunda
28/09

Terça
29/09

Quarta
30/09

Quinta
01/10

Sexta
02/10

**Café da
manhã**
07:30

PÃO FRANCÊS COM
GELEIA
LEITE DE SOJA

BOLO DE FUBÁ
S/LEITE
CHÁ
FRUTA

PÃO DOCE COM
GELEIA
LEITE DE SOJA

PÃO FRANCÊS COM
OVOS MEXIDOS
CHÁ

BOLACHA SEM LEITE
LEITE DE SOJA
FRUTA

Almoço
10:00

ARROZ/FEIJÃO
PERNIL DE PORCO
COZIDO
SALADA A+B

ARROZ/FEIJÃO
ALMÔNDEGA AO
MOLHO
SALADA A+B

ARROZ/FEIJÃO
CARNE DE PANELA
MANDIOCA
SALADA A+B

ARROZ/FEIJÃO
BIFE EM TIRAS
SALADA: A+B

ARROZ/FEIJÃO
FRANGO ASSADO
COM SALADA DE
BATATA S/LEITE
SALADA: A

**Café da
tarde**
15:00

BOLO DE FUBÁ
S/LEITE
LEITE DE SOJA

QUIRERA COM
CARNE DE PANELA E
LEGUMES
FRUTA

ARROZ/FEIJÃO
ALMÔNDEGA AO
MOLHO
SALADA A+B

BOLACHA SEM LEITE
LEITE DE SOJA

POLENTA COM
FRANGO DESFIADO
SALADA A+B
FRUTA



Cardápio Setembro 2026

Ensino fundamental - Escola Yukio Uemura

MODALIDADE DE ENSINO	TURNO	DIAS LETIVOS	RECOMENDADO KCAL/DIA	MÉDIA MENSAL KCAL/DIA	ADEQUAÇÃO %
PRÉ ESCOLA	MATUTINO	24	630	677,81	107,59
	VESPERTINO	24	270	276,88	102,55
FUNDAMENTAL	MATUTINO	24	766	1.036,60	135,33
	VESPERTINO	24	329	422,46	128,41