

CARDÁPIO D
EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS II – EJA II (31 A 60 ANOS)
AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN11:3555

M^ª do Socorro M. Jansen (QT)
CRN11: 8034

Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN11:4418

ATENÇÃO

1. Os **horários de realização das refeições descritos** nos cardápios são apenas uma previsão, a escola escolhe o melhor horário para ofertá-las aos alunos;
2. A **FRUTA** e a **POLPA DE FRUTA** poderão ser escolhidas de acordo com a sazonalidade da região;
3. **Alunos que apresentarem alguma patologia** (Alergia à Proteína do Leite de Vaca, Diabetes, Dislipidemias, Doença Celíaca, Intolerância a Lactose, Hipertensão Arterial e Fenilcetonúria), deverão apresentar laudo médico à gestão da escola, que por sua vez servirá a estes alunos o cardápio específico considerando a patologia;
4. **Toda e qualquer alteração feita nos cardápios é de responsabilidade do Setor de Nutrição.**

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN11:3555

M^ª do Socorro M. Jansen (QT)
CRN11: 8034

Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN11:4418

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE | | | | | |
|---|---|---|---|--|--|
| CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “D” – Educação Jovens e Adultos II MODALIDADE DE ENSINO: Educação Jovens e Adultos II ZONA: Urbana e Rural FAIXA ETÁRIA: 31 A 60 ANOS PERÍODO: Parcial | | | | | |
| AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025 | | | | | |
| 1ª SEMANA | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
| LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h | Achocolatado com pão e ovos mexidos + mamão | Baião de Dois, isca de carne bovina, salada crua (alface, pepino e tomate) + Suco de cajá | Cachorro quente (frango, cenoura ralada, coentro, milho e repolho) + Suco de goiaba | Macarronada Margarita (macarrão, carne moída, tomate, rúcula e manjeriço) + Suco de maracujá | Arroz especial (arroz, frango em cubo, feijão, cheiro verde e vinagreira) e vinagrete (tomate, cebola e pimentão) + Banana |
| Composição Nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | | | |
| | | | | | |

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN11:3555

Mª do Socorro M. Jansen (QT)
CRN11: 8034

Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN11:4418

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE | | | | | |
|---|--|---|---------------------------------------|--|--|
| CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “D” – Educação Jovens e Adultos II MODALIDADE DE ENSINO: Educação Jovens e Adultos II ZONA: Urbana e Rural FAIXA ETÁRIA: 31 A 60 ANOS PERÍODO: Parcial | | | | | |
| AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025 | | | | | |
| 2ª SEMANA | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
| LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h | Café com leite, macaxeira cozida com manteiga + Melão | Baião de Três (arroz, ovo e feijão), Salada crua (pepino, rúcula e manjeriço) + Banana | Biscoito rosquinha + Suco de manga | Caldo de carne bovina e coentro + torrada | Arroz branco, isca de frango acebolada, feijão com legumes (abóbora e quiabo) + Suco de abacaxi com hortelã |
| Composição Nutricional (Média Semanal) | Energia (Kcal) | | CHO (g) | | PTN (g) |
| | | | | | |
| | | | | | |

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN11:3555

Mª do Socorro M. Jansen (QT)
CRN11: 8034

Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN11:4418

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE | | | | | |
|---|--|--|--|---|--|
| CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “D” – Educação Jovens e Adultos II MODALIDADE DE ENSINO: Educação Jovens e Adultos II ZONA: Urbana e Rural FAIXA ETÁRIA: 31 A 60 ANOS PERÍODO: Parcial | | | | | |
| AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025 | | | | | |
| 3ª SEMANA | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
| LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h | Farofa tropical (Farinha branca, ovo, cebolinha e banana) + Suco de acerola | Arroz Colorido (arroz, frango em cubos, abobrinha, vinagreira, beterraba, fava) + Laranja | Salada de fruta (laranja, banana, mamão) *Sugestão: misturar leite ou suco de fruta na salada | Vitamina de maracujá com biscoito salgado | Macarrão na panelinha (macarrão, carne bovina desfiada, cenoura e repolho) + Suco de caju |
| Composição Nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | | | |
| | | | | | |

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN11:3555

Mª do Socorro M. Jansen (QT)
CRN11: 8034

Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN11:4418

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE | | | | | |
|---|---|--|---|---|---|
| CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio “D” – Educação Jovens e Adultos II MODALIDADE DE ENSINO: Educação Jovens e Adultos II ZONA: Urbana e Rural FAIXA ETÁRIA: 31 A 60 ANOS PERÍODO: Parcial | | | | | |
| AGOSTO A DEZEMBRO DE 2025 | | | | | |
| 4ª SEMANA | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
| LANCHE MATUTINO: 9h LANCHE VESPERTINO: 15h LANCHE NOTURNO: 19h | Vitamina de abacate + biscoito salgado | Galinhada com salada crua (acelga e tomate) + Melancia | Caldo de ovos com cheiro verde + Pão | Farofa de frango desfiado, vagem, repolho e cebolinha + Suco de abacaxi | Arroz branco, Mexido de carne moída com cenoura ralada e repolho, Salada crua (acelga, tomate e limão) + Banana |
| Composição Nutricional (Média Semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | | | |
| | | | | | |

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)
CRN11:4557

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)
CRN11:3555

Mª do Socorro M. Jansen (QT)
CRN11: 8034

Suzana Borba F. da Silva (QT)
CRN11:4418