

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO<br>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE                             |                                                                                                              |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                             |                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                  |                                                                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Atendimento Educacional Especializado – AEE - Cardápio I – Ensino Médio Alternância |                                                                                                              |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                             |                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                  |                                                                                                                                     |
| MODALIDADE DE ENSINO: Quilombola Alternância                                                                    |                                                                                                              |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                             |                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                  |                                                                                                                                     |
| ZONA: Urbana e Rural                                                                                            |                                                                                                              |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                             |                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                  |                                                                                                                                     |
| FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 Anos                                                                                      |                                                                                                              |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                             |                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                  |                                                                                                                                     |
| PERÍODO: Integral                                                                                               |                                                                                                              |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                             |                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                  |                                                                                                                                     |
| FEVEREIRO A JUNHO DE 2026                                                                                       |                                                                                                              |                                                                                                                                                               |                                                                                                                                             |                                                                                                                                        |                                                                                                                                               |                                                                                                                  |                                                                                                                                     |
| 1ª SEMANA                                                                                                       | 2ª FEIRA                                                                                                     | 3ª FEIRA                                                                                                                                                      | 4ª FEIRA                                                                                                                                    | 5ª FEIRA                                                                                                                               | 6ª FEIRA                                                                                                                                      | SÁBADO                                                                                                           | DOMINGO                                                                                                                             |
| <b>Desjejum: 6h</b>                                                                                             | Café com leite, Pão de forma com ovos mexidos                                                                | Café com leite, Bolo de tapioca                                                                                                                               | Café com leite, Cuscuz de milho                                                                                                             | Café com leite, Pão massa grossa com manteiga, Melancia                                                                                | Café com leite, Bolo de macaxeira                                                                                                             | Café com leite, Cuscuz de milho                                                                                  | Café com leite, Bolo de milho                                                                                                       |
| <b>Lanche da manhã: 9h</b>                                                                                      | Suco de goiaba com hortelã, Biscoito rosquinha                                                               | Vitamina de cupuaçu (polpa de cupuaçu e leite em pó), Cachorro quente (pão, carne moída, tomate e alface)                                                     | Salada de fruta (banana, mamão e laranja, leite)                                                                                            | Mingau de fubá de milho com coco seco ralado                                                                                           | Vitamina de abacate, Biscoito salgado                                                                                                         | Farofa de ovos mexidos com farinha amarela, Suco de manga                                                        | Mingau de milho branco com coco seco ralado                                                                                         |
| <b>Almoço: 12h</b>                                                                                              | Baião de Três (Arroz, carne bovina e feijão), Salada Verde (acelga, tomate, cebolinha, limão), Suco de manga | Arroz com macarrão, Feijão cozido com maxixe e quiabo, Iscas de frango (com pimentão, tomate e cebola), Salada Verde (acelga, tomate, limão), Suco de acerola | Arroz com couve, Feijão cozido, Torta de carne bovina moída com legumes (cenoura ralada, pimentão, cebola, cebolinha, cheiro verde), Banana | Arroz branco, Peixe cozido (peixe e batata inglesa), Pirão, Salada Verde (alface, tomate, cenoura ralada, cheiro verde, limão), Banana | Arroz branco, Frango ao molho, Purê de macaxeira, Salada Verde (alface, tomate, beterraba cozida, limão), Farofa acebolada, Abacaxi em rodela | Arroz branco, Frango cozido com batata inglesa, Macarrão, Salada Verde (cenoura ralada, tomate, limão), Melancia | Arroz branco, Frango assado, Feijão cozido com quiabo, abóbora, maxixe, Salada Verde (repolho em tiras, cebolinha e limão), Laranja |
| <b>Lanche da tarde: 15h</b>                                                                                     | Farofa de flocão (flocão de milho, ovo, tomate, cebolinha), Suco de manga                                    | Suco de goiaba, Biscoito Rosquinha                                                                                                                            | Suco de caju, Biscoito salgado                                                                                                              | Suco de abacaxi, Batata doce cozida                                                                                                    | Caldo de frango com batata inglesa e cheiro verde                                                                                             | Mingau de fubá de milho com coco seco ralado                                                                     | Suco de cajá, Pão com manteiga                                                                                                      |
| <b>Jantar: 19h</b>                                                                                              | Macarronada de sardinha com cebolinha e tomate, Suco de goiaba                                               | Caldo de carne bovina moída com legumes e, Pão de forma                                                                                                       | Arroz branco, Peixe frito, Vinagrete (pepino, tomate, cebola e cheiro-verde), Farinha amarela, Melão                                        | Arroz branco, Torta de sardinha (com repolho, cenoura, cebolinha), Farofa                                                              | Sopa de feijão, macarrão, carne bovina e legumes (cenoura, chuchu, quiabo, vinagreira), Pão                                                   | Macarronada ao molho de carne moída, Suco de abacaxi                                                             | Baião de Três (arroz, feijão e ovos mexidos), Suco de manga                                                                         |
| <b>Ceia: 21h</b>                                                                                                | Leite                                                                                                        | Melão                                                                                                                                                         | Batata doce cozida                                                                                                                          | Macaxeira cozida                                                                                                                       | Mingau de tapioca                                                                                                                             | Leite                                                                                                            | Suco de goiaba                                                                                                                      |
| <b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>                                                                   |                                                                                                              |                                                                                                                                                               | <b>Energia (Kcal)</b>                                                                                                                       |                                                                                                                                        | <b>CHO (g)</b>                                                                                                                                | <b>PTN (g)</b>                                                                                                   | <b>LPD (g)</b>                                                                                                                      |
|                                                                                                                 |                                                                                                              |                                                                                                                                                               | <b>1904,38</b>                                                                                                                              |                                                                                                                                        | <b>313g</b>                                                                                                                                   | <b>67g</b>                                                                                                       | <b>46g</b>                                                                                                                          |
|                                                                                                                 |                                                                                                              |                                                                                                                                                               | <b>100%</b>                                                                                                                                 |                                                                                                                                        | <b>66%</b>                                                                                                                                    | <b>14%</b>                                                                                                       | <b>22%</b>                                                                                                                          |

**Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)

Mª do Socorro M. Jansen (QT)

Suzana Borba F. da Silva (QT)

Nathália Isabela P. P. Lima (QT)

CRN11:4557

CRN11:3555

CRN11: 8034

CRN11:4418

CRN11: 6451

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO<br>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                 |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                         |                                                                                           |                                                                                                                           |                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Atendimento Educacional Especializado – AEE - Cardápio I – Ensino Médio Alternância<br>MODALIDADE DE ENSINO: Quilombola Alternância<br>ZONA: Urbana e Rural<br>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 Anos<br>PERÍODO: Integral |                                                                                                                                                 |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                         |                                                                                           |                                                                                                                           |                                                                                                                |
| FEVEREIRO A JUNHO DE 2026                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                 |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                         |                                                                                           |                                                                                                                           |                                                                                                                |
| 2ª SEMANA                                                                                                                                                                                                                                  | 2ª FEIRA                                                                                                                                        | 3ª FEIRA                                                                                                | 4ª FEIRA                                                                                                                                                                                | 5ª FEIRA                                                                                                                                | 6ª FEIRA                                                                                  | SÁBADO                                                                                                                    | DOMINGO                                                                                                        |
| <b>Desjejum: 6h</b>                                                                                                                                                                                                                        | Café com leite, Cuscuz de arroz e manteiga                                                                                                      | Café com leite, Beiju com manteiga                                                                      | Café com leite, Bolo de milho                                                                                                                                                           | Café com leite, Cuscuz de milho                                                                                                         | Café com leite, Biscoito salgado, Melão                                                   | Café com leite, Pão massa grossa                                                                                          | Café com leite, Bolo de tapioca                                                                                |
| <b>Lanche da manhã: 9h</b>                                                                                                                                                                                                                 | Vitamina de acerola (polpa de acerola e leite em pó), Pão com manteiga                                                                          | Suco de caju, Biscoito maisena                                                                          | Cachorro quente (carne moída, tomate e cenoura), Suco de goiaba                                                                                                                         | logurte de fruta, Biscoito salgado                                                                                                      | Suco de maracujá, Batata doce cozida                                                      | Vitamina de abacate, Biscoito salgado                                                                                     | Caldo de feijão                                                                                                |
| <b>Almoço: 12h</b>                                                                                                                                                                                                                         | Arroz branco, Carne bovina assada, Feijão cozido, Farofa acebolada, Salada Verde (tomate, alface, cebola, cheiro verde, limão), Suco de abacaxi | Galinhada, Farofa acebolada, Salada Verde (repolho em tiras, cenoura ralada, limão), Banana             | Arroz com cenoura, Torta de carne bovina moída com legumes (cenoura ralada, pimentão, cheiro verde, cebola e cebolinha), Farofa acebolada, Salada Verde (acelga, pepino, tomate, limão) | Arroz com vinagreira, Peixe frito, Feijão cozido, Farofa acebolada, Vinagrete (tomate, cebola, pimentão, cheiro verde, limão), Melancia | Arroz com legumes (maxixe, cenoura e vinagreira), Mexido de frango desfiado, Suco de caju | Baião de Dois (arroz e feijão), Carne suína cozida com vinagreira, farofa, Salada Verde (repolho, cenoura ralada e limão) | Arroz branco, Feijoada de carne bovina com legumes (repolho, abóbora, quiabo, maxixe), Couve refogada, Laranja |
| <b>Lanche da tarde:15h</b>                                                                                                                                                                                                                 | Suco de cajá, Cuscuz de milho com ovo                                                                                                           | Salada de frutas (maçã, laranja e banana)<br><b>Sugestão: Misturar leite ou suco de fruta na salada</b> | Achocolatado, Manuê                                                                                                                                                                     | Caldo de carne com macaxeira                                                                                                            | Farofa Temperada (farinha branca, cebola, tomate, ovos e cheiro verde), Suco de goiaba    | Mingau de tapioca com coco seco ralado                                                                                    | Salada de frutas (banana, melão, melancia)<br><b>Sugestão: Misturar leite ou suco de fruta na salada</b>       |
| <b>Jantar: 19h</b>                                                                                                                                                                                                                         | Arroz branco, Frango assado, Laranja                                                                                                            | Sopa de feijão, macarrão, carne bovina e legumes (cenoura, chuchu, quiabo, vinagreira), Pão             | Arroz branco, Carne suína frita, Purê de abóbora, Suco de goiaba                                                                                                                        | Macarronada ao molho de carne moída, Abacaxi                                                                                            | Arroz com abóbora, Peixe frito, Salada Verde (Alface, pepino, tomate e limão), Laranja    | Macarronada de sardinha, cebolinha e tomate, Suco de manga                                                                | Arroz Maria Isabel, Melancia                                                                                   |
| <b>Ceia: 21h</b>                                                                                                                                                                                                                           | Suco de maracujá                                                                                                                                | Leite                                                                                                   | Batata doce cozida                                                                                                                                                                      | Banana                                                                                                                                  | Mingau de arroz doce                                                                      | Mamão                                                                                                                     | Macaxeira cozida                                                                                               |
| <b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |                                                                                                         | <b>Energia (Kcal)</b>                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                         | <b>CHO (g)</b>                                                                            | <b>PTN (g)</b>                                                                                                            | <b>LPD (g)</b>                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                 |                                                                                                         | <b>1903,71</b>                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                         | <b>287g</b>                                                                               | <b>71g</b>                                                                                                                | <b>54g</b>                                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                 |                                                                                                         | <b>100%</b>                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                         | <b>60%</b>                                                                                | <b>15%</b>                                                                                                                | <b>26%</b>                                                                                                     |

**Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)

Mª do Socorro M. Jansen (QT)

Suzana Borba F. da Silva (QT)

Nathália Isabela P. P. Lima (QT)

CRN11:4557

CRN11:3555

CRN11: 8034

CRN11:4418

CRN11: 6451

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO<br>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                     |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                        |                                                                                                                    |                                                                                                       |                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Atendimento Educacional Especializado – AEE - Cardápio I – Ensino Médio Alternância<br>MODALIDADE DE ENSINO: Quilombola Alternância<br>ZONA: Urbana e Rural<br>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 Anos<br>PERÍODO: Integral |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                     |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                        |                                                                                                                    |                                                                                                       |                                                                                                                |
| FEVEREIRO A JUNHO DE 2026                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                     |                                                                                                                                            |                                                                                                                                                        |                                                                                                                    |                                                                                                       |                                                                                                                |
| 3ª SEMANA                                                                                                                                                                                                                                  | 2ª FEIRA                                                                                                                                                   | 3ª FEIRA                                                                                                                            | 4ª FEIRA                                                                                                                                   | 5ª FEIRA                                                                                                                                               | 6ª FEIRA                                                                                                           | SÁBADO                                                                                                | DOMINGO                                                                                                        |
| <b>Desjejum: 6h</b>                                                                                                                                                                                                                        | Café com leite, Beiju com manteiga                                                                                                                         | Café com leite, Pão massa fina                                                                                                      | Café com leite, Cuscuz de arroz com ovos mexidos                                                                                           | Café com leite, Bolo de tapioca                                                                                                                        | Café com leite, Biscoito salgado, Melancia                                                                         | Café com leite, Bolo de trigo simples                                                                 | Café com leite, Bolo de goma                                                                                   |
| <b>Lanche da manhã: 9h</b>                                                                                                                                                                                                                 | Salada de frutas (banana, mamão e melão)                                                                                                                   | Suco de cajá, Biscoito maisena                                                                                                      | Achocolatado, Pão com manteiga                                                                                                             | Suco de cupuaçu, Bolo de milho                                                                                                                         | Vitamina de banana, Pão                                                                                            | Vitamina de mamão e banana, Biscoito rosquinha                                                        | Farofa de ovos mexidos com cebola e tomate                                                                     |
| <b>Almoço: 12h</b>                                                                                                                                                                                                                         | Arroz com vagem, Tirinhas de carne bovina trinchadas ao molho com batata inglesa e cenoura, Salada Verde (alface, tomate, pepino, limão), Suco de maracujá | Arroz branco, Carne bovina cozida com abóbora e vinagreira, Salada Verde (cenoura ralada, beterraba ralada, tomate, limão), Laranja | Arroz branco, Torta de frango, Feijão cozido com legumes (repolho, cenoura, salsa, limão), Farofa Verde (farinha e couve), Suco de acerola | Arroz com abóbora, Bife bovino acebolado, Feijão cozido, Salada refogada de legumes (repolho, beterraba, cenoura, cheiro verde e cebolinha), Tangerina | Arroz branco, Purê de batata inglesa, Frango assado, Salada Verde (alface, rúcula, tomate, limão), Suco de acerola | Arroz com vinagreira, Frango cozido com quiabo, Salada Verde (alface, pepino, tomate, limão), Laranja | Arroz branco, Peixe cozido, Salada refogada (cenoura, repolho e cheiro verde picado), Farinha amarela, Laranja |
| <b>Lanche da tarde: 15h</b>                                                                                                                                                                                                                | Suco de acerola, Macaxeira cozida                                                                                                                          | Farofa de sardinha (farinha branca, sardinha, cebola, alho e cheiro verde), Melão                                                   | Suco de caju, Cuscuz de milho com manteiga                                                                                                 | Suco de abacaxi, Batata doce cozida                                                                                                                    | Salada de frutas com aveia (banana, mamão e melão)                                                                 | logurte de fruta, Biscoito Salgado, Maçã                                                              | Mingau de milho branco com coco seco ralado                                                                    |
| <b>Jantar: 19h</b>                                                                                                                                                                                                                         | Sopa de feijão, macarrão, frango e legumes (cenoura, maxixe, repolho, quiabo, vinagreira), Pão                                                             | Galinhada, Farofa, Salada Verde (pepino, tomate, cebola, cheiro-verde, limão)                                                       | Baião de Três (arroz, feijão, carne bovina)                                                                                                | Macarronada ao molho de carne moída, Suco de acerola                                                                                                   | Arroz branco, Carne suína frita, Legumes refogados (abóbora e chuchu)                                              | Macarronada de sardinha, cebolinha e tomate, Suco de manga                                            | Arroz com frango (frango em cubos, feijão e abóbora), Banana                                                   |
| <b>Ceia: 21h</b>                                                                                                                                                                                                                           | Banana                                                                                                                                                     | Batata Doce cozida                                                                                                                  | Mamão                                                                                                                                      | Leite                                                                                                                                                  | Macaxeira cozida                                                                                                   | Melancia                                                                                              | Melão                                                                                                          |
| <b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                     | <b>Energia (Kcal)</b>                                                                                                                      |                                                                                                                                                        | <b>CHO (g)</b>                                                                                                     | <b>PTN (g)</b>                                                                                        | <b>LPD (g)</b>                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                     | <b>1903,05</b>                                                                                                                             |                                                                                                                                                        | <b>308g</b>                                                                                                        | <b>70g</b>                                                                                            | <b>46g</b>                                                                                                     |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                            |                                                                                                                                     | <b>100%</b>                                                                                                                                |                                                                                                                                                        | <b>65%</b>                                                                                                         | <b>15%</b>                                                                                            | <b>26%</b>                                                                                                     |

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)

Mª do Socorro M. Jansen (QT)

Suzana Borba F. da Silva (QT)

Nathália Isabela P. P. Lima (QT)

CRN11:4557

CRN11:3555

CRN11: 8034

CRN11:4418

CRN11: 6451

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO<br>PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE                                                                                                                                                        |                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                 |                                                                                                                                           |                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Atendimento Educacional Especializado – AEE - Cardápio I – Ensino Médio Alternância<br>MODALIDADE DE ENSINO: Quilombola Alternância<br>ZONA: Urbana e Rural<br>FAIXA ETÁRIA: 16 a 18 Anos<br>PERÍODO: Integral |                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                 |                                                                                                                                           |                                                                                                                |
| FEVEREIRO A JUNHO DE 2026                                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                          |                                                                                                                                     |                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                 |                                                                                                                                           |                                                                                                                |
| 4ª SEMANA                                                                                                                                                                                                                                  | 2ª FEIRA                                                                                                                                 | 3ª FEIRA                                                                                                                            | 4ª FEIRA                                                                                                | 5ª FEIRA                                                                                                                                                                                           | 6ª FEIRA                                                                                                        | SÁBADO                                                                                                                                    | DOMINGO                                                                                                        |
| <b>Desjejum: 6h</b>                                                                                                                                                                                                                        | Café com leite, Beiju com ovos mexidos                                                                                                   | Café com leite, Bolo de tapioca                                                                                                     | Café com leite, Biscoito salgado, Mamão                                                                 | Café com leite, Cuscuz de arroz                                                                                                                                                                    | Café com leite, Pão massa fina e manteiga                                                                       | Café com leite, Farofa de ovos (farinha amarela e ovo)                                                                                    | Café com leite, Beiju                                                                                          |
| <b>Lanche da manhã: 9h</b>                                                                                                                                                                                                                 | Achocolatado, Cuscuz de arroz                                                                                                            | Caldo de ovos, Pão                                                                                                                  | Mingau de aveia, Maçã                                                                                   | Farofa de ovos mexidos com cebola e tomate, Suco de caju                                                                                                                                           | Vitamina de banana com farinha de mesocarpo de babaçu, Biscoito Salgado                                         | Achocolatado, Biscoito salgado                                                                                                            | Vitamina de mamão e banana, Biscoito salgado                                                                   |
| <b>Almoço: 12h</b>                                                                                                                                                                                                                         | Arroz com cenoura, Frango assado, Feijão cozido com legumes (maxixe e quiabo), Salada Verde (alface, pepino, cheiro verde, limão), Melão | Arroz com vinagreira, Peixe escabeche, Farofa acebolada, Vinagrete (tomate, cebola, pimentão, cheiro verde, limão), Suco de cupuaçu | Arroz maria Isabel (arroz e carne bovina em cubos), Salada Verde (rúcula, tomate, limão), Suco de manga | Arroz com feijão verde, <u>Carne suína assada de panela</u> , Purê de batata doce, Salada Verde (acelga, pepino, tomate, limão)<br><b>*Pode ser substituído por carne bovina, frango ou peixe.</b> | Arroz com abóbora, Peixe frito, Feijão cozido com couve, Salada Verde (Alface, pepino, tomate e limão), Laranja | Arroz branco, Carne bovina assada de panela acebolada, Feijão cozido com couve, Salada Verde (repolho em tiras, beterraba ralada e limão) | Arroz branco, Feijoada de carne bovina com legumes (repolho, abóbora, quiabo, maxixe), Couve refogada, Laranja |
| <b>Lanche da tarde: 15h</b>                                                                                                                                                                                                                | Vitamina de banana e leite                                                                                                               | Suco de cajá, Batata doce com ovos mexidos e cebolinha                                                                              | Mingau de milho com coco seco ralado                                                                    | Caldo de frango com cenoura e salsa, Pão                                                                                                                                                           | Suco de caju, Macaxeira cozida                                                                                  | Mingau de fubá de milho com coco seco ralado                                                                                              | Farofa de ovos mexidos com farinha amarela, Suco de cajá                                                       |
| <b>Jantar: 19h</b>                                                                                                                                                                                                                         | Arroz com abóbora, Carne suína assada, Feijão cozido com jongome e vinagreira                                                            | Arroz branco, Isca de frango ao molho, Suco de cajá                                                                                 | Galinhada com abóbora, Laranja                                                                          | Macarronada ao molho de carne moída, Suco de goiaba                                                                                                                                                | Sopa de carne bovina, feijão, macarrão e legumes (cenoura, chuchu, quiabo e vinagreira)                         | Arroz branco, Peixe frito, Salada refogada (abóbora, quiabo e cebolinha picada)                                                           | Arroz branco, Frango cozido com batata inglesa, Salada Verde (acelga, tomate e limão), Farinha amarela         |
| <b>Ceia: 21h</b>                                                                                                                                                                                                                           | Leite                                                                                                                                    | Banana                                                                                                                              | Batata doce cozida                                                                                      | Melancia                                                                                                                                                                                           | Mamão                                                                                                           | Macaxeira cozida                                                                                                                          | Mingau de arroz doce                                                                                           |
| <b>Composição Nutricional</b>                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                          |                                                                                                                                     | <b>Energia (Kcal)</b>                                                                                   |                                                                                                                                                                                                    | <b>CHO (g)</b>                                                                                                  | <b>PTN (g)</b>                                                                                                                            | <b>LPD (g)</b>                                                                                                 |
|                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                          |                                                                                                                                     | 1903,76                                                                                                 |                                                                                                                                                                                                    | 301g                                                                                                            | 67g                                                                                                                                       | 51g                                                                                                            |

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)

Mª do Socorro M. Jansen (QT)

Suzana Borba F. da Silva (QT)

Nathália Isabela P. P. Lima (QT)

CRN11:4557

CRN11:3555

CRN11: 8034

CRN11:4418

CRN11: 6451

|                 |      |     |     |     |
|-----------------|------|-----|-----|-----|
| (Média Semanal) | 100% | 63% | 14% | 24% |
|-----------------|------|-----|-----|-----|

**Elaborado pelas Nutricionistas:**

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)

CRN11:4557

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)

CRN11:3555

M<sup>a</sup> do Socorro M. Jansen (QT)

CRN11: 8034

Suzana Borba F. da Silva (QT)

CRN11:4418

Nathália Isabela P. P. Lima (QT)

CRN11: 6451