

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO - PERÍODO PARCIAL 20%

Necessidades Alimentares:

ABRIL/2026

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	06-04-2026	07-04-2026	08-04-2026	09-04-2026	10-04-2026
CEIA 21:15	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -LOMBO SUÍNO FATIADO E ACEBOLADO -SALADA CRUA	- GALINHADA COM SOBRECOXA DE FRANGO, TOMATE, CENOURA E MILHO - SALADA CRUA -FRUTA	- ARROZ BRANCO COZIDO -CARNE BOVINA COZIDA COM MANDIOCA E MOLHO DE TOMATE -SALADA CRUA -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -ESTROGONOFE DE FRANGO COM CENOURA -SALADA CRUA -FRUTA	- MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA E MOLHO DE TOMATE -SALADA CRUA
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		543 kcal	88 g	20g	18g
			65%	15%	30%

**NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA,
CRN:32296.**