

## CARDÁPIO ENSINO MÉDIO - PERÍODO INTEGRAL 70%

## Necessidades Alimentares Especiais:

JUNHO/2026

	SEGUNDA-FEIRA 15-06-2026	TERÇA-FEIRA 16-06-2026	QUARTA-FEIRA 17-06-2026	QUINTA-FEIRA 18-06-2026	SEXTA-FEIRA 19-06-2026
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 06:50	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU  -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU  -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU  -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU  -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU  -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 09:55	- FRAPÊ DE CHOCOLATE 50% CACAU  -BISCOITO SALGADO	- FRAPÊ DE CHOCOLATE 50% CACAU  -BISCOITO DOCE	- FRAPÊ DE CHOCOLATE 50% CACAU  -BISCOITO SALGADO	- FRAPÊ DE CHOCOLATE 50% CACAU  -BISCOITO DOCE	- FRAPÊ DE CHOCOLATE 50% CACAU  -BISCOITO SALGADO
<b>ALMOÇO</b> 12:15	-ARROZ TEMPERADO COM CARNE BOVINA MOÍDA, TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE.  -SALADA DE CRUA	ARROZ BRANCO COZIDO  -FEIJÃO CAROQUINHA COZIDO  -FILÉ DE PEIXE ASSADO COM TOMATE E CEBOLA.  -SALADA CRUA  -FRUTA	- GALINHADA PREPARADA COM ARROZ BRANCO COZIDO, MOLHO DE FRANGO COM CENOURA, MOLHO DE TOMATE, MILHO E CHEIRO VERDE  -SALADA CRUA  -FRUTA	ARROZ BRANCO COZIDO  -FEIJÃO CAROQUINHA COZIDO  -FAROFA DE CARNE SUÍNA COM CENOURA  -SALADA CRUA	-ARROZ BRANCO COZIDO  -CREME DE MILHO  -SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA.  -SALADA DE CRUA
<b>LANCHE DA TARDE</b> 15:45	-BISCOITO DOCE  - FRAPÊ DE MORANGO	- PÃO COM MOLHO DE CARNE  -SUCO	- BOLO DE CHOCOLATE 50% CACAU  -SUCO	-TORTA DE CARNE MOÍDA, TOMATE CENOURA E MILHO.  -SUCO	- BOLO SIMPLES COM LEITE DE COCO  -SUCO
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		1656 kcal	269 g 65%	62g 15%	55g 30%

NUTRICIONISTA: LUDIMILA CRISTINA XAVIER LOPES, CRN:7857

