

## CARDÁPIO ENSINO MÉDIO - PERÍODO PARCIAL 20%

## Necessidades Alimentares:

## FEVEREIRO/2026

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02-02-2026	03-02-2026	04-02-2026	05-02-2026	06-02-2026
<b>CEIA 21:15</b>	-ARROZ BRANCO COZIDO  -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO  -PURÊ DE BATATA COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA E POLPA DE TOMATE  -SALADA CRUA  -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO  -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO  -LASANHA COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE, MOLHO BRANCO, PRESUNTO E MUSSARELA  -SALADA CRUA  -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO, CENOURA, POLPA DE TOMATE E MOLHO BRANCO E CHEIRO VERDE.  -SALADA CRUA  -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO  -CARNE BOVINA EM CUBOS COZIDA COM MANDIOCA, POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE.  -SALADA CRUA  -FRUTA	-GALINHADA PREPARADA COM ARROZ BRANCO COZIDO, MOLHO DE SOBRECOXA DE FRANGO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE E MILHO.  -SALADA CRUA  -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>	
		543 kcal	88 g	20g	18g
		65%	15%	30%	

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