

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO - PERÍODO PARCIAL 20%

Necessidades Alimentares:

FEVEREIRO/2026

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09-02-2026	10-02-2026	11-02-2026	12-02-2026	13-02-2026
CEIA 21:15	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO - CARNE BOVINA COM BATATA, MOLHO DE TOMATE E PIMENTÃO. -SALADA CRUA -FRUTA	- ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO PRETO COZIDO -FAROFA DE CARNE SUÍNA -SALADA DE CRUA -FRUTA	- MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE. -SALADA DE CRUA -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -CREME DE MILHO -COXINHA DA ASA DE FRANGO ASSADA. -SALADA DE CRUA -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO PRETO COZIDO -LOMBO SUÍNO ACEBOLADO, -SALADA DE CRUA -FRUTA
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.