



SEGURANÇA ALIMENTAR
E NUTRICIONAL



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA UNIDADES DE EDUCAÇÃO INFANTIL, ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

Unidade de Ensino Fundamental e EJA

CARDÁPIO: 01-09-2025 A 30-09-2025

FAIXA ETÁRIA: PMAE - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE

REFEIÇÃO	SEGUNDA 01-09-2025	TERÇA 02-09-2025	QUARTA 03-09-2025	QUINTA 04-09-2025	SEGUNDA 08-09-2025
JANTAR	- POLENTA AO MOLHO DE FILÉ DE FRANGO, TOMATE E QUIABO BANANA PRATA	- VACA ATOLADA COM MANDIOCA, TOMATE E PALETA BOVINA LARANJA PERA	- CREME DE INHAME E CENOURA COM PERNIL	- MACARRÃO PARAFUSO COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA, REPOLHO E PIMENTÃO MAMÃO	- FEIJÃO ENRIQUECIDO COM PERNIL, BATATA DOCE E BETERRABA - ARROZ SIMPLES
REFEIÇÃO	TERÇA 09-09-2025	QUARTA 10-09-2025	QUINTA 11-09-2025	SEGUNDA 15-09-2025	TERÇA 16-09-2025
JANTAR	- SOPA DE FUBÁ COM PALETA BOVINA, CENOURA, BATATA E COUVE BANANA NANICA	- SALPICÃO DE FRANGO COM CENOURA, REPOLHO, MAÇÃ E MAIONESE CASEIRA - ARROZ SIMPLES MANGA PALMER	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE PERNIL, ABOBRINHA E TOMATE MELANCIA	- ARROZ CHINÊS COM FILÉ DE FRANGO, OVOS, TOMATE, PIMENTÃO E ACELGA ABACAXI	- ESTROGONOFE DE FILÉ DE FRANGO COM CENOURA E TOMATE - ARROZ SIMPLES
REFEIÇÃO	QUARTA 17-09-2025	QUINTA 18-09-2025	SEGUNDA 22-09-2025	TERÇA 23-09-2025	QUARTA 24-09-2025
JANTAR	- POLENTA AO MOLHO DE PERNIL, CENOURA E CHUCHU LARANJA PERA	- MACARRÃO PARAFUSO INTEGRAL COM MOLHO DE FILÉ DE FRANGO, ABOBRINHA E TOMATE MELÃO	- MACARRÃO PARAFUSO COM MOLHO DE PERNIL, ABOBRINHA E TOMATE BANANA PRATA	- CANJIQUEINHA COM FILÉ DE FRANGO, MORANGA E ACELGA MAÇÃ	- ARROZ TEMPERADO COM FILÉ DE FRANGO, CENOURA E ABOBRINHA MAMÃO
REFEIÇÃO	QUINTA 25-09-2025	SEGUNDA 29-09-2025	TERÇA 30-09-2025		
JANTAR	- FEIJÃO TROPEIRO COM PERNIL E COUVE - ARROZ SIMPLES LIMONADA	- VACA ATOLADA COM MANDIOCA, TOMATE E PALETA BOVINA - ARROZ SIMPLES	- POLENTA AO MOLHO DE FILÉ DE FRANGO, TOMATE E QUIABO		

Observações:
*Cardápio sujeito a alterações.

ANA CAROLINA BARCELLOS GUIMARÃES E FARIA

Nutricionista Responsável
CRN - 7902

**MÉDIA DIÁRIA DA COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL REFERENTE
AO PERÍODO DE 01-09-2025 A 30-09-2025**

FAIXA ETÁRIA: PMAE - ACIMA DE 16 ANOS EJA NE

INFORMAÇÕES	JANTAR	CONSOLIDADO / DIA
ENERGIA (KCAL)	710,62	710,62
CARBOIDRATOS (GRAMAS)	133,61	133,61
PROTEÍNAS (GRAMAS)	21,12	21,12
LIPÍDIOS (GRAMAS)	10,47	10,47
FIBRAS (GRAMAS)	8,46	8,46
VITAMINA A (MICROGRAMAS)	3,62	3,62
VITAMINA B1 (MILIGRAMAS)	0,35	0,35
VITAMINA C (MILIGRAMAS)	31,27	31,27
CÁLCIO (MILIGRAMAS)	52,88	52,88
FERRO (MILIGRAMAS)	1,60	1,60
MAGNÉSIO (MILIGRAMAS)	42,67	42,67
SÓDIO (MILIGRAMAS)	414,49	414,49
ZINCO (MILIGRAMAS)	1,70	1,70