

CARDÁPIO EJA – CARDÁPIO MAIO/2026

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
					KCAL	Kcal
Jantar 20h	SEGUNDA 4/5/2026	TERÇA 5/5/2026	QUARTA 6/5/2026	QUINTA 7/5/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (chuchu e cenoura) + salada de repolho com tomate + caqui				KCAL	522 Kcal
	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alicke				CHO	80 9
	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com + farofa de cenoura + laranja				PTN	32 9
				LIP	16 9	
					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Jantar 20h	SEGUNDA 11/5/2026	TERÇA 12/5/2026	QUARTA 13/5/2026	QUINTA 14/5/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado, legumes refogados (cenoura e abobrinha) + maçã				KCAL	508 Kcal
	Arroz, Feijão preto, Carne bovina ao molho + pirão de carne + salada de beterraba + melão				CHO	98 9
	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batata + banana				PTN	29 9
				LIP	19 9	
					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Jantar 20h	SEGUNDA 18/5/2026	TERÇA 19/5/2026	QUARTA 20/5/2026	QUINTA 21/5/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	Arroz integral, Feijão preto, Ovos Mexidos + abóbora refogada + melão				KCAL	487 Kcal
	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) ao molho + salada de alicke + melancia				CHO	93 9
	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de alicke + ponkan				PTN	30 9
				LIP	21 9	
					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
Jantar 20h	SEGUNDA 25/5/2026	TERÇA 26/5/2026	QUARTA 27/5/2026	QUINTA 28/5/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE	
	Arroz, Feijão carioca, Sobrecoxa ao molho com cenoura + salada de brócolis + caqui				KCAL	565 Kcal
	Arroz colorido, Feijão preto, Peixe ao molho, Pirão do molho de peixe + salada de alicke				CHO	96 9
	Arroz, Feijão carioca, Frango (sassami) grelhado + salada de alicke + maçã				PTN	33 9
				LIP	18 9	

PA
 Patricia dos Santos Alves Garcia
 Mat. Funcional nº 7893 CRN 8º REGIÃO Nº1781

[Signature]
 Lígia Mircia Toledo Faria Vicente
 Mat. Funcional nº 11146 CRN 8º REGIÃO Nº2321

EE
 Camile Consentino de Carvalho
 Mat. Funcional nº 7894 CRN 8º REGIÃO Nº116

CCS
 Ludiana Correa Costa Saúde
 CRN 34893
 Coordenadora Operacional

[Signature]
 Larissa de Souza
 CRN 15644