

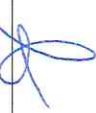


CARDÁPIO EJA – CARDÁPIO AGOSTO/2026



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
					KCAL	CHO	PTN	LIP
Jantar 20h	Arroz, Feijão carioca, Frango assado (sobrecoxa) + purê de batata + maçã	Arroz, Feijão preto, Batedado, Iaraja de banana da terra + salada limate e cebola + Iaraja	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alface	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, polenta + salada de azeite + banana	535	90	28	14
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
	10/8/2026	11/8/2026	12/8/2026	13/8/2026	KCAL	522	80	32
Jantar 20h	Arroz, Feijão preto, Carne moída com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de alface + maçã	Arroz, Feijão carioca, Frango (salsam) grelhado, salada de azeite + melancia	Arroz colorido, Feijão preto, Almondégas bovina ao molho, salada de repolho com tomate + melão	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho, Jandineira de legumes (batata, brocolis e cenoura) + mamão	CHO	80	32	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	LIP	16	9	
	17/8/2026	18/8/2026	19/8/2026	20/8/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
					KCAL	508	98	29
Jantar 20h	Arroz, Integral, Feijão carioca, Frango (salsam) ao molho, salada de alface + porkan	Arroz, Feijão preto, Carne moída ao molho, purê de batata, salada de brocolis + melancia	Arroz, Frango ao molho com legumes (batata, cenoura, milho) + salada de tomate + banana	Arroz, Feijão preto, Carne bovina cubos ao molho, pão de carne, salada baterrada + maçã	CHO	98	29	9
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	LIP	19	9	
	24/8/2026	25/8/2026	26/8/2026	27/8/2026	MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
					KCAL	487	93	30
Jantar 20h	Arroz, Feijão com cubos de carne bovina + farofa de cenoura + Iaraja	Arroz, Feijão carioca, Frango ao molho com legumes (abobrinha e cenoura) + salada de tomate + mamão	Arroz, Feijão preto, Bolinho de carne ao molho, salada de azeite + maçã	Arroz colorido, Feijão carioca, Peixe ao molho, Pão do molho de peixe, salada de alface	CHO	93	30	9
	SEGUNDA				PTN	30	9	
	31/8/2026				LIP	21	9	
					MÉDIA SEMANAL VALOR NUTRICIONAL TARDE			
					KCAL	565	96	33
Jantar 20h	Arroz, Feijão carioca, Omelete assado + legumes refogados (chuchu e cenoura) + melão				CHO	96	33	9
					PTN	33	9	
					LIP	18	9	


Patrícia dos Santos Alves Cunha
Mat. Funcional nº 7893 C.R.N. 8º REGIÃO N° 1781


Ligia Marcia Toledo Faria Vicente
Mat. Funcional nº 11116 C.R.N. 8º REGIÃO N° 2321


Camille Consolino de Carvalho
Mat. Funcional nº 7894 C.R.N. 8º REGIÃO N° 1102


Laila de Souza Costa Guedes
CRN 15548
Coordenadora Regional


Patrícia dos Santos Alves Cunha
CRN 15548