



CARDÁPIO: EJA - MODALIDADE DE ENSINO: Municipal - ZONA: Urbana - FAIXA ETÁRIA: > 19 anos - PERÍODO: Noite

julho/2025

| Refeição/ Horário | 2ª FEIRA                          | 3ª FEIRA                                  | 4ª FEIRA                                  | 5ª FEIRA                                     | 6ª FEIRA                        |
|-------------------|-----------------------------------|---|---|--|---------------------------------|
| <b>1ª SEMANA</b>  | 30                                | 01  | 02  | 03   | 04                              |
| Lanche da noite 1 | Escondidinho de carne moída       |   | Sopa de Macarrão com                      |  | Macarrão com molho de tomates   |
|                   | Beterraba cozida com cheiro verde | Lanche Frango Desfiado com Milho e Tomate | Feijão, Abobrinha, batata, Cheiro Verde e | Lanche de Carne Desfiada com Tomate e alface | Coxa e Sobrecoxa assada         |
| 19h00 - 20h00     | Suco de goiaba                    | Suco de polpa de morango                  | Carne moída                               | Suco de polpa de goiaba                      | Brócolis refogado               |
| Lanche da Noite 2 | Melancia                          | Arroz doce com Canela                     | Mamão                                     | Vitaminado de mamão com aveia                | Fruta Picada (Melancia e Mamão) |

| Refeição/ Horário | 2ª FEIRA                | 3ª FEIRA                                    | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA   | 6ª FEIRA                      |
|-------------------|-------------------------|---|----------|--|-------------------------------|
| <b>2ª SEMANA</b>  | 07                      | 08  | 09       | 10   | 11                            |
| Lanche da noite 1 | Polenta com carne moída |   |          | Sopa de arroz, batata, cenoura, frango desfiado, cheiro verde e tomate | Macarrão com molho de tomates |
|                   | Salada de tomate        | Lanche Integral Pernil com Tomate e cenoura | FERIADO  |  | Carne moída Refogado          |
| 19h00 - 20h00     |                         | Suco de polpa de goiaba                     |          |  | Salada de alface              |
| Lanche da Noite 2 | Pera                    | Canjica com canela                          |          | Mamão  | Suco Polpa de morango         |

| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
|--|----------------|---------|---------|---------|
| <b>1ª SEMANA</b><br>30/06 a 04/07      | 687,69         | 121     | 29      | 11      |
| <b>2ª SEMANA</b><br>07/07 a 11/07      | 712,72         | 117     | 31      | 14      |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| Andreza Aparecida Teodoro<br>CRN3: 22.009 | Aline Loureiro Dickfeldt Vilas Bôas<br>CRN3: 28.443 | Juliana Soriani Huerta Spinelli<br>CRN3: 32.285 | Paula Andréa Sacco Evangelista<br>CRN3: 11.234 |
|---|---|---|--|

- O cardápio deve ser fixado na cozinha e em locais visíveis conforme resolução FNDE nº 06, de 08/05/2020
- Cardápio sujeito alterações, sem aviso prévio, em razão das falhas nas entregas dos fornecedores.
- Horário sugerido das refeições;
- A fruta indicada pode ser substituída, caso não esteja madura. Na preparação de salada de frutas e vitaminados, pode-se incluir outras frutas de acordo com a disponibilidade e amadurecimento.

UNIDADES ATENDIDAS: EMEF Profº Iran Rodrigues, EMEF Profº Zuleika Velloso, EMEF Dr. Eitel Arantes Dix (Caicão)



CARDÁPIO: EJA - MODALIDADE DE ENSINO: Municipal - ZONA: Urbana - FAIXA ETÁRIA: > 19 anos - PERÍODO: Noite

julho/2025

| Refeição/ Horário | 2º FEIRA                        | 3º FEIRA                | 4º FEIRA        | 5º FEIRA        | 6º FEIRA        |
|-------------------|---------------------------------|-------------------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 3ª SEMANA         | 14                              | 15                      | 16              | 17              | 18              |
| Lanche da noite 1 | Arroz com Feijão                |                         |                 |                 |                 |
|                   | Carne moída refogada com seleta | Coxa e Sobrecoxa assada |                 |                 |                 |
| 19h00 - 20h00     | Salada de Tomate                | Polenta com Molho       | Recesso Escolar | Recesso Escolar | Recesso Escolar |
| Lanche da Noite 2 | Suco de polpa de morango        | Suco de polpa de goiaba |                 |                 |                 |

| Refeição/ Horário | 2º FEIRA        | 3º FEIRA        | 4º FEIRA        | 5º FEIRA        | 6º FEIRA        |
|-------------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|-----------------|
| 4ª SEMANA         | 21              | 22              | 23              | 24              | 25              |
| Lanche da noite 1 | Recesso Escolar |
| 19h00 - 20h00     |                 |                 |                 |                 |                 |
| Lanche da Noite 2 |                 |                 |                 |                 |                 |

| Composição nutricional<br>(Média semanal) | Energia (kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
|---|----------------|---------|---------|---------|
| 3ª SEMANA<br>14/07 a 18/07                | 576,64         | 88      | 26      | 15      |
| 4ª SEMANA<br>21/07 a 25/07                | 0,00           | 0       | 0       | 0       |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| Andreza Aparecida Teodoro<br>CRN3: 22.009 | Aline Loureiro Dickfeldt Vilas Bôas<br>CRN3: 28.443 | Juliana Soriani Huerta Spinelli<br>CRN3: 32.285 | Paula Andréa Sacco Evangelista<br>CRN3: 11.234 |
|---|---|---|--|

- O cardápio deve ser fixado na cozinha e em locais visíveis conforme resolução FNDE nº 06, de 08/05/2020
- Cardápio sujeito alterações, sem aviso prévio, em razão das falhas nas entregas dos fornecedores.
- Horário sugerido das refeições;
- A fruta indicada pode ser substituída, caso não esteja madura. Na preparação de salada de frutas e vitaminados, pode-se incluir outras frutas de acordo com a disponibilidade e amadurecimento.

UNIDADES ATENDIDAS: EMEF Profº Iran Rodrigues, EMEF Profº Zuleika Velloso, EMEF Dr. Eitel Arantes Dix (Caicão)



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PIRASSUNUNGA /SP  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



CARDÁPIO: EJA – MODALIDADE DE ENSINO: Municipal – ZONA: Urbana – FAIXA ETÁRIA: > 19 anos – PERÍODO: Noite

julho/2025

| Refeição/ Horário | 2º FEIRA        | 3º FEIRA                         | 4º FEIRA   | 5º FEIRA                                  | 6º FEIRA   |
|-------------------|-----------------|----------------------------------|--|---|--|
| 5ª SEMANA         | 28              | 29                               | 30   | 31  | 01   |
| Lanche da noite 1 |                 | Lanche Carne desfiada com alface | Sopa de Arroz  | Lanche Frango desfiado com tomate e milho | Sopa de Feijão   |
| 19h00 - 20h00     | Recesso Escolar | Suco natural de maracujá         | (com batata, cenoura, carne moída, chuchu, tomate, cheiro verde) | Suco de polpa de goiaba                   | (macarrão, cenoura, batata, cenoura, carne moída e cheiro verde) |
| Lanche da Noite 2 |                 | Banana                           | logurte de Morango   | Laranja descascada                        | Fruta picada: banana e laranja                                   |

| Composição nutricional<br>(Média semanal) | Energia (kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) |
|---|----------------|---------|---------|---------|
| 5ª SEMANA<br>28/07 a 01/08                | 683,69         | 120     | 30      | 10      |

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| Andreza Aparecida Teodoro<br>CRN3: 22.009 | Aline Loureiro Dickfeldt Vilas Bôas<br>CRN3: 28.443 | Juliana Soriani Huerta Spinelli<br>CRN3: 32.285 | Paula Andréa Sacco Evangelista<br>CRN3: 11.234 |
|---|---|---|--|

- O cardápio deve ser fixado na cozinha e em locais visíveis conforme resolução FNDE nº 06, de 08/05/2020
- Cardápio sujeito alterações, sem aviso prévio, em razão das falhas nas entregas dos fornecedores.
- Horário sugerido das refeições;
- A fruta indicada pode ser substituída, caso não esteja madura. Na preparação de salada de frutas e vitaminados, pode-se incluir outras frutas de acordo com a disponibilidade e amadurecimento.

UNIDADES ATENDIDAS: EMEF Profº Iran Rodrigues, EMEF Profª Zuleika Velloso, EMEF Dr. Eitel Arantes Dix (Caicão)