



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

março/2026

Refeição/ Horário	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
1ª SEMANA	02	03	04	05	06
Lanche da noite 1	Risotinho de arroz (carne moída, seleta de legumes, tomate, cheiro verde)	Lanche frango desfiado com cenoura e alface	Macarrão alho/óleo com atum e cenoura ralada	Lanche de carne desfiada com tomate e milho	Arroz com feijão
19h00 - 20h00		Suco de uva integral	Salada de tomate	Suco de maracujá	Coxa e Sobrecoxa assada
					Salada de pepino
Lanche da Noite 2	Maçã	Banana	Abacaxi	Mamão	Bolo de fubá
					Leite com cacau

Refeição/ Horário	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
2ª SEMANA	09	10	11	12	13
Lanche da noite 1	Arroz com Feijão	Lanche de carne moída com molho e alface	Sopa de Feijão (macarrão, cenoura, batata, carne moída)	Lanche de carne desfiada com alface	Arroz
19h00 - 20h00	Polenta	Suco de uva integral		Suco natural de abacaxi	Feijoadinha (Feijão preto com pernil em cubos)
					Couve refogada
Lanche da Noite 2	Maçã	Abacaxi	Banana	Laranja descascada	iogurte

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
1ª SEMANA 02/03 a 06/03	597,27	98	27	11
2ª SEMANA 09/03 a 13/03	646,85	111	28	11

Andreza Aparecida Teodoro CRN3: 22.009	Aline Loureiro Dickfeldt Vilas Bôas CRN3: 28.443	Juliana Soriani Huerta Spinelli CRN3: 32.285	Paula Andréa Sacco Evangelista 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)



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

março/2026

Refeição/ Horário	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
3ª SEMANA	16	17	18	19	20
Lanche da noite 1	Arroz com Feijão				Macarrão alho e óleo com cenoura
	Carne moída refogada com molho	Lanche de frango com cenoura e tomate	Arroz com seleta de legumes	Lanche de carne desfiada com alface	Coxa e Sobrecoxa assada
19h00 - 20h00	Purê de batata		Iscas de Peixe assada		Salada de tomate
		Suco de uva integral	Salada de Acelga	Suco Natural de Melancia	
Lanche da Noite 2	Maçã	Mamão	Melancia	Banana	Arroz doce com canela

Refeição/ Horário	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
4ª SEMANA	23	24	25	26	27
Lanche da noite 1					Arroz com Feijão Preto
	Sopa de arroz, frango, batata, cenoura, tomate, chuchu, cheiro verde	Escondidinho de carne moída	Risotinho de Frango (frango desfiado, seleta de legumes, milho, cheiro verde)	Pão de frango desfiado com molho e milho	Pernil em cubos
19h00 - 20h00		Salada de Alface	Brócolis na manteiga	Suco de uva integral	Virado de couve
Lanche da Noite 2	Maçã	Pãozinho com manteiga Suco de uva integral	Abacaxi	Banana	Laranja descascada

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
3ª SEMANA 16/03 a 20/03	579,26	97	25	10
4ª SEMANA 23/03 a 27/03	634,30	111	24	11

Andreza Aparecida Teodoro CRN3: 22.009	Aline Loureiro Dickfeldt Vilas Bôas CRN3: 28.443	Juliana Soriani Huerta Spinelli CRN3: 32.285	Paula Andréa Sacco Evangelista 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

março/2026

Refeição/ Horário	2º FEIRA	3º FEIRA	4º FEIRA	5º FEIRA	6º FEIRA
5ª SEMANA	30	31	01	02	03
Lanche da noite 1	Sopa de Arroz	Lanche Carne desfiada com alface	Arroz com feijão		
19h00 - 20h00	(com batata, cenoura, carne moída, chuchu, tomate, cheiro verde)	Suco de uva integral individual	Filé de Peixe assado com batata e cenoura	Ponto Facultativo	Feriado
		Banana	Salada de Grão de bico com tomate e cheiro verde		
Lanche da Noite 2	Maçã	Bolinho de chocolate individual	Bombom de leite em pó		

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
5ª SEMANA 30/03 a 01/04	668,93	112	27	13

Andreza Aparecida Teodoro CRN3: 22.009	Aline Loureiro Dickfeldt Vilas Bôas CRN3: 28.443	Juliana Soriani Huerta Spinelli CRN3: 32.285	Paula Andréa Sacco Evangelista 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)