



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL | FEVEREIRO / 2026

Data	Entrada	Almoço ou Jantar	Entrada
02/02/26	Pão c/ requeijão e suco	Arroz, feijão e pernil cubos com batata Salada de repolho	Lanche c/ molho de frango desfiado
03/02/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina cubos com mandioca Salada de alface Laranja	Lanche c/ requeijão
04/02/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e frango tiras com cenoura e tomate Salada de pepino	Lanche c/ molho de carne moída
05/02/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina iscas cozida com brócolis Salada de couve Melão	Lanche c/ margarina
06/02/26	Pão c/ margarina e suco	Macarronada ao molho de almondegas Salada de tomate	Lanche c/ frios
Composição nutricional média semanal: Energia (Kcal): CHO (g): PTN (g): LPD (g):			
09/02/26	Pão c/ margarina e suco	Arroz, feijão e carne bovina moída com batata, cenoura e ervilha Salada de beterraba	Lanche c/ molho de frango desfiado
10/02/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e frango tiras com chuchu Salada de acelga Banana	Lanche c/ margarina
11/02/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina iscas acebolada Salada de escarola	Lanche c/ requeijão
12/02/26	Pão c/ doce de leite e leite c/ cacau	Arroz, feijão e sobrecoxa de frango com batata Salada de tomate Melancia	Lanche c/ molho de carne moída
13/02/26	Pão c/ requeijão e suco	Arroz, feijão preto com carnes (carne pedaços, calabresa, pernil e bacon) Salada de couve	Lanche c/ margarina
Composição nutricional média semanal: Energia (Kcal): CHO (g): PTN (g): LPD (g):			
16/02/26	FERIADO		
17/02/26	FERIADO		
18/02/26	FERIADO / REUNIÃO PEDAGÓGICA ESTADUAL		
19/02/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão, carne cubos com mandioca Salada de repolho Maçã (Planejamento estadual)	Lanche c/ frios
20/02/26	Pão c/ requeijão e suco	Macarronada ao molho de almondegas Salada de tomate Laranja (Planejamento estadual)	Lanche c/ molho de carne moída
Composição nutricional média semanal: Energia (Kcal): CHO (g): PTN (g): LPD (g):			
23/02/26	Pão c/ requeijão e suco	Arroz, feijão e carne bovina tiras acebolada Salada de beterraba com cenoura ralada	Lanche c/ margarina
24/02/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e frango em cubos com chuchu Salada de alface Banana	Lanche c/ molho de carne moída
25/02/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina cubos com batata Salada de repolho	Lanche c/ molho de frango desfiado
26/02/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e pernil cozido com mandioca e ervilha Salada de pepino Abacaxi	Lanche c/ requeijão
27/02/26	Pão c/ margarina e suco	Arroz, feijão e frango desfiado com batata e milho Salada de tomate	Lanche c/ molho de carne moída
Composição nutricional média semanal: Energia (Kcal): CHO (g): PTN (g): LPD (g):			
OBS.: Cardápio sujeito a alterações pela nutricionista. Os legumes que não forem ser usados até sexta-feira da semana da entrega, devem ser branqueados e congelados			

Ciente da obrigatoriedade em seguir o cardápio diariamente:

Helen Dias Martins

Nutricionista Alimentação Escolar

CRN/3 78663

Helen Dias Martins
NUTRICIONISTA
CRN/3 78663

Assinatura direção