

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL ENSINO MÉDIO | AGOSTO / 2026**

Data	Entrada	Almoço ou Jantar	Última refeição
03/08/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão, carne moída com cenoura, abobrinha e cheiro verde. Salada de repolho	Lanche c/ requeijão
04/08/26	Pão c/ manteiga e leite com cacau	Arroz, feijão e frango em tiras com batata, milho e ervilha Salada de alface Laranja	Lanche c/ molho de frango desfiado
05/08/26	Pão c/ manteiga e leite com cacau	Arroz, feijão e pernil cubos com batata e cenoura Salada de tomate	Lanche c/ frios
06/08/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina iscas com milho e tomate Salada de pepino Melancia	Lanche c/ molho de carne moída
07/08/26	Pão c/ manteiga e leite com cacau	Macarronada ao molho de carne moída Salada de couve	Lanche c/ manteiga
Composição nutricional média semanal Energia: kcal CHO: g (% VET) PTN: g (% VET) LPD: g (% VET) Fe: mg Ca: mg			
10/08/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão, frango tiras com cenoura e brócolis. Salada de acelga.	Lanche c/ requeijão
11/08/26	Pão c/ manteiga e leite com cacau	Arroz, feijão e pernil cubos acebolado Salada de chicória Banana	Lanche c/ molho de frango desfiado
12/08/26	Pão c/ manteiga e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina cubos com mandioca Salada de beterraba	Lanche c/ frios
13/08/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e frango cubos com batata e cenoura Salada de pepino Maçã	Lanche c/ molho de carne moída
14/08/26	Pão c/ manteiga e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina cubos com mandioca Salada de acelga	Lanche c/ manteiga
Composição nutricional média semanal Energia: kcal CHO: g (% VET) PTN: g (% VET) LPD: g (% VET) Fe: mg Ca: mg			
17/08/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz feijão, carne bovina cubos com batata. Salada de tomate acebolado	Lanche c/ requeijão
18/08/26	Pão c/ manteiga e leite com cacau	Arroz, feijão e pernil cubos acebolado Salada de alface Laranja	Lanche c/ molho de frango desfiado
19/08/26	Pão c/ manteiga e leite com cacau	Arroz, feijão e frango cubos com batata e brócolis Salada de beterraba	Lanche c/ frios
20/08/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina iscas com milho e tomate Salada de pepino Abacaxi	Lanche c/ molho de carne moída
21/08/26	Pão c/ manteiga e leite com cacau	Macarronada ao molho de carne moída Salada de couve	Lanche c/ manteiga
Composição nutricional média semanal Energia: 693,39 kcal CHO: g (% VET) PTN: g (% VET) LPD: g (% VET) Fe: mg Ca: mg			
24/08/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina moída com milho, ervilha e cheiro verde Salada de tomate	Lanche c/ requeijão
25/08/26	Pão c/ manteiga e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina iscas acebolada Salada de pepino Melancia	Lanche c/ molho de frango desfiado
26/08/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e frango tiras com batata e brócolis Salada de beterraba	Lanche c/ frios
27/08/26	Pão c/ manteiga e leite com cacau	Arroz, feijão e pernil cubos com batata e cenoura Salada de alface Abacaxi	Lanche c/ molho de carne moída
28/08/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina cubos com mandioca Salada de tomate	Lanche c/ manteiga
Composição nutricional média semanal Energia: 693,39 kcal CHO: g (% VET) PTN: g (% VET) LPD: g (% VET) Fe: mg Ca: mg			
31/08/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão, carne moída com cenoura, abobrinha e cheiro verde. Salada de repolho	Lanche c/ molho de carne moída
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:

Assinatura direção

Graciane Ulian
Nutricionista RT Alimentação Escolar
CRN/3 54489

