

	SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO				
	PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE				
	CARDÁPIO EMEF (06-14 anos) – período parcial – SETEMBRO / 2025				
	Entrada	Almoço ou Jantar			
01/09/25	Pão c/ margarina e suco	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e legumes			
02/09/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, carne tiras com seleta, salada de pepino. Banana			
03/09/25	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Risoto de linguiça com milho, ervilha e cheiro verde, feijão, salada de repolho.			
04/09/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, pernil com batatas, salada de almeirão. Laranja			
05/09/25	Pão c/ goiabada e suco	Polenta com molho de carne moída. Salada de acelga.			
Composição	Nutricional:	Energia (Kcal):	CHO (g):	PTN (g):	LPD (g):
08/09/25	Pão c/ margarina e suco	Sopa de macarrão c/ carne moída e legumes.			
09/09/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, carne iscas acebolada, salada de alface. Maçã			
10/09/25	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Risoto de <i>costela desfiada</i> com milho, ervilha e cheiro verde, feijão, salada de couve			
11/09/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, pernil com batatas, salada de tomate. Laranja			
12/09/25	Pão c/ margarina e suco	Arroz, carne cubos com mandioca, salada de repolho.			
Composição	Nutricional:	Energia (Kcal):	CHO (g):	PTN (g):	LPD (g):
15/09/25	FERIADO MUNICIPAL				
16/09/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, carne iscas acebolada, salada de repolho. Maçã			
17/09/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Risoto de frango com milho, ervilha e cheiro verde, feijão, salada de almeirão.			
18/09/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, pernil com batatas, salada de acelga. Banana			
19/09/25	Pão c/ requeijão e suco	Macarronada ao molho de carne moída, com milho. Salada de repolho			
Composição	Nutricional:	Energia (Kcal):	CHO (g):	PTN (g):	LPD (g):
22/09/25	Pão c/ margarina e suco	Sopa de macarrão c/ carne em cubos e legumes.			
23/09/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, pernil com batatas, salada de alface. Laranja			
24/09/25	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Risoto de <i>cupim desafiado</i> , ervilha e cheiro verde, feijão, salada de almeirão.			
25/09/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, carne cubos com mandioca, salada de repolho. Maçã			
26/09/25	Pão c/ doce de leite e suco	Arroz, farofa de linguiça. salada de tomate acebolado.			
Composição	Nutricional:	Energia (Kcal):	CHO (g):	PTN (g):	LPD (g):
29/09/25	Pão c/ margarina e suco	Sopa de macarrão c/ frango desfiado e legumes			
30/09/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, carne tiras com seleta, salada de pepino. Banana			
OBS.: Cardápio sujeito a alterações.					

Ciente da obrigatoriedade em seguir o cardápio diariamente
Assinatura direção: _____

Graciane Ulian
Nutricionista RT – Alimentação Escolar – CRN/3 54489


GRACIANE ULIAN
NUTRICIONISTA
CRN 54.489