



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO EMEI (04-06 anos) | Período parcial | DEZEMBRO / 2025

Data	Entrada	Almoço ou Jantar
01/12/25	Pão c/ requeijão e suco	Sopa de macarrão com carne bovina cubos e cenoura
02/12/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz e frango em tiras com batata, milho e ervilha Salada de alface Banana
03/12/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Risoto de cupim desfiado e tomate, feijão Salada de repolho
04/12/25	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz e pernil cubos com mandioca e cheiro verde Salada de beterraba Maçã
05/12/25	Pão c/ margarina e suco	Arroz, feijão preto com carnes (carne pedaços, calabresa, pernil e bacon) Salada de couve
Composição nutricional média semanal: Energia (Kcal): CHO (g): PTN (g): LPD (g):		
08/12/25	Pão c/ margarina e suco	Sopa de macarrão com frango cubos, batata e cenoura
09/12/25	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz e pernil cubos acebolado Salada de chicória Laranja
10/12/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Risoto de costela desfiada com milho e ervilha, feijão Salada de tomate
11/12/25	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz e sobrecoxa com batata Salada de pepino Melão
12/12/25	Pão c/ doce de leite e suco	Arroz e carne bovina cubos com mandioca Salada de acelga
Composição nutricional média semanal: Energia (Kcal): CHO (g): PTN (g): LPD (g):		
15/12/25	Pão c/ margarina e suco	Sopa de macarrão com carne bovina moída, chuchu e beterraba
16/12/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz e pernil cubos com mandioca Salada de alface Banana
17/12/25	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Risoto de frangos desfiado e cenoura, feijão Salada de repolho
18/12/25	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz e carne bovina iscas com milho e tomate Salada de pepino Laranja
19/12/25	Pão c/ requeijão e suco	Macarronada ao molho de almondegas Salada de couve (Conselho municipal)
Composição nutricional média semanal: Energia (Kcal): CHO (g): PTN (g): LPD (g):		
22/12/25	RECESSO	
23/12/25	RECESSO	
24/12/25	RECESSO	
25/12/25	RECESSO	
26/12/25	RECESSO	
Composição nutricional média semanal: Energia (Kcal): CHO (g): PTN (g): LPD (g):		
29/12/25	RECESSO	
30/12/25	RECESSO	
31/12/25	RECESSO	
Composição nutricional média semanal: Energia (Kcal): CHO (g): PTN (g): LPD (g):		
OBS.: Cardápio sujeito a alterações pela nutricionista.		

Ciente da obrigatoriedade em seguir o cardápio diariamente:

Helen Dias Martins

Nutricionista Alimentação Escolar

CRN/3 78663

Assinatura direção

Helen Dias Martins
NUTRICIONISTA
CRN/3 78663