

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:

Assinatura direção

Helen Dias Martins  
Nutricionista Alimentação Escolar  
CRN/3 78663

*Helen Dias Martins*  
NUTRICIONISTA  
CRN/3 78663