

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO****PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE****CARDÁPIO EMEF (04-06 anos) | Período parcial | JULHO / 2026**

Data	Entrada	Almoço ou Jantar
01/07/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Risoto de frango desfiado com cenoura e tomate, feijão Salada de couve
02/07/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz e carne bovina iscas acebolada Salada de pepino Banana
03/07/26	CONSELHO	Macarronada ao molho de carne moída Salada de repolho
Composição nutricional média semanal Energia: 485,25kcal CHO: 66,51 g (54,8% VET) PTN: 25,36 g (20,9% VET) LPD: 13,09 g (24,3% VET) Fe: 1,79 mg Ca: 158,67 mg		
06/07/26	FÉRIAS	
07/07/26	FÉRIAS	
08/07/26	FÉRIAS	
09/07/26	FÉRIAS	
10/07/26	FÉRIAS	
Composição nutricional média semanal Energia: 496,68 kcal CHO: 64,91 g (52,4% VET) PTN: 24,66 g (19,9% VET) LPD: 15,21 g (27,6% VET) Fe: 1,69 mg Ca: 151,55 mg		
13/07/26	FÉRIAS	
14/07/26	FÉRIAS	
15/07/26	FÉRIAS	
16/07/26	FÉRIAS	
17/07/26	FÉRIAS	
20/07/26	FÉRIAS	
21/07/26	FÉRIAS	
22/07/26	FÉRIAS	
23/07/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Sopa de macarrão, carne moída, batata e cenoura
24/07/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz e carne bovina cubos com mandioca Salada de acelga
Composição nutricional média semanal Energia: 485,81 kcal CHO: 66,23 g (54,3% VET) PTN: 25,79 g (21,1% VET) LPD: 13,32 g (24,6% VET) Fe: 1,93 mg Ca: 153,32 mg		
27/07/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Sopa de macarrão com frango cubos, batata e cenoura
28/07/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz e carne bovina iscas acebolada Salada de pepino Melancia
29/07/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Risoto de frango desfiado com milho e ervilha, feijão Salada de repolho
30/07/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz e pernil cubos com batata e cenoura Salada de alface Abacaxi
31/07/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, carne bovina cubos com mandioca Salada de tomate
Composição nutricional média semanal Energia: 522,98 kcal CHO: 69,23 g (53,1% VET) PTN: 25,54 g (19,6% VET) LPD: 15,83 g (27,3% VET) Fe: 1,48 mg Ca: 156,11 mg		
OBS.: Cardápio sujeito a alterações pela nutricionista.		

Ciente da obrigatoriedade em seguir o cardápio diariamente:

Assinatura direção

Graciane Ulian
nutricionista RT Alimentação Escolar
CRN/3 54489

