



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO PERÍODO INTEGRAL ENSINO MÉDIO | JULHO / 2026

Data	Entrada	Almoço ou Jantar	Última refeição
01/07/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e pernil cubos com batata Salada de tomate	Lanche c/ molho de carne moída
02/07/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina iscas acebolada Salada de pepino Banana	Lanche c/ requeijão
03/07/26	CONSELHO		
Composição nutricional média semanal Energia: 701,09 kcal CHO: 99,80 g (57,4% VET) PTN: 32,14 g (18,5% VET) LPD: 18,59 g (24,1% VET) Fe: 2,87 mg Ca: 159,26 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: kcal CHO: g (% VET) PTN: g (% VET) LPD: g (,0% VET) Fe: Ca:			
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	Arroz, feijão, carne moída c/ batata e cenoura cubos	Lanche c/ requeijão
24/07/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina cubos com mandioca Salada de acelga	Lanche c/ frios
Composição nutricional média semanal Energia: 693,39 kcal CHO: g (% VET) PTN: g (% VET) LPD: g (% VET) Fe: mg Ca: mg			
27/07/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina moída com milho e ervilha Salada de tomate	Lanche c/ requeijão
28/07/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina iscas acebolada Salada de pepino Melancia	Lanche c/ molho de frango desfiado
29/07/26	Pão c/ requeijão e leite com cacau	Arroz, feijão e carne bovina cubos com mandioca Salada de beterraba	Lanche c/ frios
30/07/26	Pão c/ margarina e leite com cacau	Arroz, feijão e pernil cubos com batata e cenoura Salada de alface Abacaxi	Lanche c/ molho de carne moída
31/07/26	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: 738,54 kcal CHO: 104,83 g (60,0% VET) PTN: 32,06 g (17,5% VET) LPD: 20,70 g (25,4% VET) Fe: 2,89 mg Ca: 167,66 mg			
OBS.: Cardápio sujeito a alterações pela nutricionista. Os legumes que não forem ser usados até sexta-feira da semana da entrega, devem ser b			

Assinatura direção

Nutricionista RT Alimentação Escolar

CRN/3 54489

GRACIANE ULIAN
NUTRICIONISTA
RT Alimentação Escolar
CRN/3 54489