

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO | ZONA rural
FAIXA ETÁRIA: acima de 15 anos
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA 01/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	5ª FEIRA 02/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	6ª FEIRA 03/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)
C8 - REFEIÇÃO					
C4 - LANCHE DA TARDE					
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
CHO(g)/DIA					
PTN(g)/DIA					
LPD(g)/DIA					
Energia Diária					
Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.					

CARDAPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO | ZONA rural
FAIXA ETÁRIA: acima de 15 anos
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 05/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	3ª FEIRA 06/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	4ª FEIRA 07/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	5ª FEIRA 08/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	6ª FEIRA 09/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)
C8 - REFEIÇÃO					
C4 - LANCHE DA TARDE					
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
CHO(g)/DIA					
PTN(g)/DIA					
LPD(g)/DIA					
Energia Diária					
Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.					

CARDAPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO | ZONA rural
FAIXA ETÁRIA: acima de 15 anos
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 12/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	3ª FEIRA 13/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	4ª FEIRA 14/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	5ª FEIRA 15/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	6ª FEIRA 16/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)
C8 - REFEIÇÃO					
C4 - LANCHE DA TARDE					
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
CHO(g)/DIA					
PTN(g)/DIA					
LPD(g)/DIA					
Energia Diária					

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDAPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO | ZONA rural
FAIXA ETÁRIA: acima de 15 anos
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 19/jan	3ª FEIRA 20/jan	4ª FEIRA 21/jan	5ª FEIRA 22/jan	6ª FEIRA 23/jan
C8 - REFEIÇÃO	Arroz, feijão carioca, omelete de forno com cheiro verde, salada de a celga. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne em cubos, abóbora refogada. Abacaxi	Arroz, feijão carioca, frango em cubos, purê de batata, salada de beterraba crua salpicada com cheiro verde. Banana	Risoto de carne moída ao sugo com cheiro verde, salada de alface com tomate. Suco de acerola.	Macarrão ao molho de tomate com cheiro verde , carne moída refogada com cebola e couve refogada. Mamão
C4 - LANCHE DA TARDE	Leite com banana e aveia, biscoito salgado. Melão	Leite com cacau, biscoito de polvilho. Melão picado	Leite com cacau e pão de queijo	Suco de manga e bolo de banana.	logurte natural com banana e pão com requeijão.
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			(g)	(g)	(g)
			716	175	90
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			60%	15%	25%
CHO(g)/DIA	151	137	165	142	121
PTN(g)/DIA	35	37	39	26	38
LPD(g)/DIA	25	17	16	11	21
Energia Diária	932kcal	911kcal	1011kcal	785kcal	886kcal

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil e integral*
MODALIDADE DE ENSINO | ZONA urbana
FAIXA ETÁRIA: acima de 15 anos
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 26/jan	3ª FEIRA 27/jan	4ª FEIRA 28/jan	5ª FEIRA 29/jan	6ª FEIRA 30/jan
C8 - REFEIÇÃO	Arroz, feijão carioca, salsicha ao sugo, salada de repolho. Maçã	Risoto de carne desfiada ao sugo, salada de cenoura crua com cheiro verde. Suco de caju	Arroz, feijão carioca, frango desfiado com cheiro verde, couve refogada. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne moída ao molho de abóbora, salada de batata cozida com cheiro verde. Melão	Macarrão ao alho e óleo, frango desfiado ao sugo, salada de alface com tomate. Banana
C4 - LANCHE DA TARDE	Leite com mamão e aveia, pão com requeijão	Leite com cacau, pão de queijo	Leite com cacau, biscoito salgado. Melão picado	logurte natural com banana e mamão, bolo de maçã.	Suco de pêssego, biscoito de polvilho. Banana
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			723	188	105
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			65%	15%	20%
CHO(g)/DIA	151	130	146	119	177
PTN(g)/DIA	40	35	41	43	29
LPD(g)/DIA	35	20	19	21	10
Energia Diária	1053kcal	925kcal	898kcal	883kcal	944kcal

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA *urbana e rural*
FAIXA ETÁRIA: de 04 a 15 anos
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA 01/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	5ª FEIRA 02/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	6ª FEIRA 03/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)
C8 - REFEIÇÃO					
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			(g)	(g)	(g)
			293	78	22
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	564	57%	15,00%	28%	
CHO(g)/DIA			91	103	99
PTN(g)/DIA			21	29	28
LPD(g)/DIA			6	8	8
Energia Diária			515kcal	602kcal	575kcal

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDAPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA urbana e rural
FAIXA ETÁRIA: de 04 a 15 anos
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 05/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	3ª FEIRA 06/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	4ª FEIRA 07/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	5ª FEIRA 08/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	6ª FEIRA 09/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)
C8 - REFEIÇÃO					
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			(g)	(g)	(g)
			483	114	44
		558	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
CHO(g)/DIA	101	113	92	109	68
PTN(g)/DIA	22	29	10	29	24
LPD(g)/DIA	12	8	9	8	7
Energia Diária	595kcal	640kcal	498kcal	616kcal	438kcal

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDAPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA urbana e rural
FAIXA ETÁRIA: de 04 a 15 anos
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 12/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	3ª FEIRA 13/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	4ª FEIRA 14/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	5ª FEIRA 15/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	6ª FEIRA 16/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)
C8 - REFEIÇÃO					
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			385	104	35
		570	55% a 65% do VET 58%	10% a 15% do VET 15,00%	15% a 30% do VET 27%
CHO(g)/DIA	103	89			
PTN(g)/DIA	22	28			
LPD(g)/DIA	13	7			
Energia Diária	619kcal	544kcal			

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDAPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA urbana e rural
FAIXA ETÁRIA: de 04 a 15 anos
PERÍODO *parcial*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 19/jan	3ª FEIRA 20/jan	4ª FEIRA 21/jan	5ª FEIRA 22/jan	6ª FEIRA 23/jan
C8 - REFEIÇÃO	Arroz, feijão carioca, omelete de forno com cheiro verde, salada de acelga. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne em cubos, abóbora refogada. Abacaxi	Arroz, feijão carioca, frango em cubos, purê de batata, salada de beterraba crua salpicada com cheiro verde. Banana	Risoto de carne moída ao sugo com cheiro verde, salada de alface com tomate. Suco de acerola.	Macarrão ao molho de tomate com cheiro verde, carne moída refogada com cebola e couve refogada. Mamão
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			(g)	(g)	(g)
			485	128	42
		567	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			60%	15%	25%
CHO(g)/DIA	100	96	124	87	78
PTN(g)/DIA	22	28	30	23	25
LPD(g)/DIA	12	8	7	7	8
Energia Diária	592kcal	571kcal	671kcal	514kcal	489kcal

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil e integral*

MODALIDADE DE ENSINO | ZONA urbana

FAIXA ETÁRIA: de 04 a 15 anos

PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 26/jan	3ª FEIRA 27/jan	4ª FEIRA 28/jan	5ª FEIRA 29/jan	6ª FEIRA 30/jan
C8 - REFEIÇÃO	Arroz, feijão carioca, salsicha ao sugo, salada de repolho. Maçã	Risoto de carne desfiada ao sugo, salada de cenoura crua com cheiro verde. Suco de caju	Arroz, feijão carioca, frango desfiado com cheiro verde, couve refogada. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne moída ao molho de abóbora, salada de batata cozida com cheiro verde. Melão	Macarrão ao alho e óleo, frango desfiado ao sugo, salada de alface com tomate. Banana
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		581	479	133	50
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		65%	15%	20%	
CHO(g)/DIA	103	89	100	93	94
PTN(g)/DIA	27	22	29	29	26
LPD(g)/DIA	22	7	7	7	7
Energia Diária	708kcal	519kcal	577kcal	562kcal	538kcal

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO | ZONA rural
FAIXA ETÁRIA: acima de 15 anos
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA 01/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	5ª FEIRA 02/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	6ª FEIRA 03/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)
C3 - DESJEJUM					
C8 - REFEIÇÃO					
C4 - LANCHE DA TARDE					
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
CHO(g)/DIA					
PTN(g)/DIA					
LPD(g)/DIA					
Energia Diária					
Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.					

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO | ZONA rural
FAIXA ETÁRIA: acima de 15 anos
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 05/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	3ª FEIRA 06/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	4ª FEIRA 07/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	5ª FEIRA 08/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	6ª FEIRA 09/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)
C3 - DESJEJUM					
C8 - REFEIÇÃO					
C4 - LANCHE DA TARDE					
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g) 871 55% a 65% do VET	PTN (g) 215 10% a 15% do VET	LPD (g) 141 15% a 30% do VET
CHO(g)/DIA					
PTN(g)/DIA					
LPD(g)/DIA					
Energia Diária					

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO | ZONA rural
FAIXA ETÁRIA: acima de 15 anos
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 12/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	3ª FEIRA 13/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	4ª FEIRA 14/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	5ª FEIRA 15/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)	6ª FEIRA 16/01/2026 (RECESSO ESCOLAR)
C3 - DESJEJUM					
C8 - REFEIÇÃO					
C4 - LANCHE DA TARDE					
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
CHO(g)/DIA					
PTN(g)/DIA					
LPD(g)/DIA					
Energia Diária					

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *EJA, APAE e Rurais*
MODALIDADE DE ENSINO | ZONA rural
FAIXA ETÁRIA: acima de 15 anos
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 19/jan	3ª FEIRA 20/jan	4ª FEIRA 21/jan	5ª FEIRA 22/jan	6ª FEIRA 23/jan
C3 - DESJEJUM	Leite com banana, mamão e aveia, pão de queijo	Suco de uva, bolo de laranja	Leite c/ banana e aveia, biscoito de polvilho. Mamão picado	Bebida láctea e pão de queijo	Leite com cacau, biscoito salgado. Melancia picada
C8 - REFEIÇÃO	Arroz, feijão carioca, omelete de forno com cheiro verde, salada de a celga. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne em cubos, abóbora refogada. Abacaxi	Arroz, feijão carioca, frango em cubos, purê de batata, salada de beterraba crua salpicada com cheiro verde. Banana	Risoto de carne moída ao sugo com cheiro verde, salada de alface com tomate. Suco de acerola.	Macarrão ao molho de tomate com cheiro verde , carne moída refogada com cebola e couve refogada. Mamão
C4 - LANCHE DA TARDE	Leite com banana e aveia, biscoito salgado. Melão	Leite com cacau, biscoito de polvilho. Melão picado	Leite com cacau, pão de queijo	Suco de manga, bolo de banana.	logurte natural com banana, pão com requeijão.
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD
			(g)	(g)	(g)
			947	231	149
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1244	60%	15%	25%
CHO(g)/DIA	200	195	223	181	148
PTN(g)/DIA	49	52	46	37	47
LPD(g)/DIA	45	32	20	22	30
Energia Diária	1365kcal	1319kcal	1310kcal	1082kcal	1118kcal

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Infantil e integral*
MODALIDADE DE ENSINO | ZONA urbana
FAIXA ETÁRIA: acima de 15 anos
PERÍODO *integral*

Necessidades Alimentares Especiais:

jan/26

	2ª FEIRA 26/jan	3ª FEIRA 27/jan	4ª FEIRA 28/jan	5ª FEIRA 29/jan	6ª FEIRA 30/jan
C3 - DESJEJUM	Bebida láctea e biscoito salgado	Leite c/ banana e aveia, biscoito de polvilho. Melancia picada	Suco de goiaba, pão com requeijão	Leite com cacau e bolo de fubá	Leite com banana, maçã e aveia, pão de queijo
C8 - REFEIÇÃO	Arroz, feijão carioca, salsicha ao sugo, salada de repolho. Maçã	Risoto de carne desfiada ao sugo, salada de cenoura crua com cheiro verde. Suco de caju	Arroz, feijão carioca, frango desfiado com cheiro verde, couve refogada. Maçã	Arroz, feijão carioca, carne moída ao molho de abóbora, salada de batata cozida com cheiro verde. Melão	Macarrão ao alho e óleo, frango desfiado ao sugo, salada de alface com tomate. Banana
C4 - LANCHE DA TARDE	Leite com mamão e aveia, pão com requeijão	Leite com cacau, pão de queijo	Leite com cacau, biscoito salgado. Melão picado	logurte natural com banana e mamão, bolo de maçã.	Suco de pêssego, biscoito de polvilho. Banana
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			993	237	157
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1265	65%	15%	20%
CHO(g)/DIA	200	188	204	197	204
PTN(g)/DIA	54	46	45	54	38
LPD(g)/DIA	49	31	26	31	20
Energia Diária	1486kcal	1333kcal	1196kcal	1180kcal	1176kcal

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.