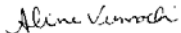


ENSINO FUNDAMENTAL

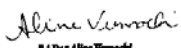
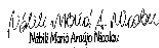
DIA DA SEMANA					QUINTA – FEIRA 19/02/2026	SEXTA -FEIRA 20/02/2026
MATUTINO	PRATO PRINCIPAL				CARNE EM CUBOS AO MOLHO VERMELHO	FRANGO XADREZ
					MACARRÃO	ARROZ
	FEIJÃO				FEIJÃO	FEIJÃO
	GUARNIÇÃO				FAROFA DE CUSCUZ DE MILHO C/ OVO E TOMATE	
	SALADA					BRÓCOLIS E COUVE-FLOR
	FRUTA				- MAÇÃ (200G) - MEL SACHÊ (15G)	

DIA DA SEMANA					QUINTA – FEIRA	SEXTA -FEIRA
VESPERTINO	PRATO PRINCIPAL				CARNE EM CUBOS AO MOLHO VERMELHO	FRANGO XADREZ
	ARROZ				MACARRÃO	ARROZ
	FEIJÃO				FEIJÃO	FEIJÃO
	GUARNIÇÃO				FAROFA DE CUSCUZ DE MILHO C/ OVO E TOMATE	
	SALADA					BRÓCOLIS E COUVE-FLOR
	FRUTA				- MAÇÃ (200G) - MEL SACHÊ (15G)	
NUTRICIONISTAS		   ALINE VERNOCHI CRN3: 47104  NABILI MARIÁ CRN3:47557				
		CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO, conforme disponibilidade de gêneros, safra e grau de maturação do hortifrúti. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogado. Atenção: É proibida a alteração do cardápio sem a autorização das nutricionistas, Art. 14 da Res. Nº 26/2013 – FNDE Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.				

ENSINO FUNDAMENTAL

DIA DA SEMANA		SEGUNDA- FEIRA 23/02/2026	TERÇA- FEIRA 24/02/2026	QUARTA – FEIRA 25/02/2026	QUINTA – FEIRA 26/02/2026	SEXTA -FEIRA 26/02/2026
MATUTINO	PRATO PRINCIPAL	CARNE MOÍDA COLORIDA	FRANGO A JARDINEIRA	PEIXE AO MOLHO BRANCO	CARNE C/ LEGUMES	FRANGO COZIDO C/ BATATA DOCE
		MACARRÃO	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO
	GUARNIÇÃO				FAROFA DE CEBOLA	
	SALADA	REPOLHO E CENOURA RALADA		ALFACE E TOMATE		ALFACE E PEPINO
	FRUTA		PERA (150G)		GOIABA (150G)	

DIA DA SEMANA		SEGUNDA- FEIRA 23/02/2026	TERÇA- FEIRA 24/02/2026	QUARTA – FEIRA 25/02/2026	QUINTA – FEIRA 26/02/2026	SEXTA -FEIRA 26/02/2026
VESPERTINO	PRATO PRINCIPAL	CARNE MOÍDA COLORIDA	FRANGO A JARDINEIRA	PEIXE AO MOLHO BRANCO	CARNE C/ LEGUMES	FRANGO COZIDO C/ BATATA DOCE
	ARROZ	MACARRÃO	ARROZ	ARROZ	ARROZ	ARROZ
	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO	FEIJÃO
	GUARNIÇÃO				FAROFA DE CEBOLA	
	SALADA	REPOLHO E CENOURA RALADA		ALFACE E TOMATE		ALFACE E PEPINO
	FRUTA		PERA (150G)		GOIABA (150G)	

NUTRICIONISTAS		  ALINE VERNOCHI CRN3: 47104 NABILI MARIÁ CRN3:47557				
		CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÃO, conforme disponibilidade de gêneros, safra e grau de maturação do hortifrúti. O estoque disponível (excedente) de legumes ou verduras poderá ser acrescentado em refogado. Atenção: É proibida a alteração do cardápio sem a autorização das nutricionistas, Art. 14 da Res. Nº 26/2013 – FNDE Alunos com necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.				

DIAS DA SEMANA ENSINO FUNDAMENTAL	Energia	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio
	(kcal)	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(mg)
Segunda	508,45	32	128,87	25%	13	121,31	24%	63	251,15	49%	804,89
Terça	551,71	22	89,67	16%	17	150,51	27%	78	312,77	57%	517,51
Quarta	472,06	31	122,15	26%	11	99,60	21%	63	251,83	53%	344,30
Quinta	499,13	24	95,86	19%	8	69,99	14%	83	330,35	66%	734,23
Sexta	547,94	23	91,76	17%	21	187,08	34%	66	265,64	48%	728,18
Média semanal	515,86	26	105,66	21%	14	125,70	24%	71	282,35	55%	625,82