

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE**

**CARDÁPIO – E.E. ABEL DOS REIS (ENSINO MÉDIO) – MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR -PERÍODO: PARCIAL UNIDADE
ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E RURAL) FAIXA ETÁRIA: 15 a 17 anos**

Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

Março/2026

1ª Semana	2ªFEIRA 02/03	3ªFEIRA 03/03	4ªFEIRA 04/03	5ªFEIRA 05/03	6ªFEIRA 06/03
Desjejum	Leite achocolatado + pão francês com manteiga	Leite achocolatado + bolo (S/MC)	Leite achocolatado + bolacha agua e sal	Leite achocolatado + bolo (S/MC)	Leite achocolatado + bolacha maisena
Almoço	Arroz +Feijoadada +Vinagrete +Farofa de couve	Arroz + Feijão + carne moída +Salda de alface com tomate	Arroz + Feijão + frango + Salada de batata (conserva)	Arroz +Feijão +Strogonoff +batata palha	Arroz + Feijão + Pernil +Farofa de abobrinha
Fruta	Banana	Maçã	Melancia	maçã	Banana
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)
		981 Kcal	161g	31g	29g
			65% VET	12% VET	26% VET

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida. As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.


 Rita de Cássia do Amaral
 RG: 41220747-3
 Nutricionista CRN3 - 91897/P

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE**

**CARDÁPIO – E.E. ABEL DOS REIS (ENSINO MÉDIO) – MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR -PERÍODO: PARCIAL UNIDADE
ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E RURAL) FAIXA ETÁRIA: 15 a 17 anos**

Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

Março/2026

2ª Semana	2ªFEIRA 09/03	3ªFEIRA 10/03	4ªFEIRA 11/03	5ªFEIRA 12/03	6ªFEIRA 13/03
Desjejum	Leite achocolatado + pão francês com manteiga	Leite achocolatado + bolo (s/mesc/choc)	Leite achocolatado + bolacha salgada	Leite achocolatado + bolo (s/mesc/choc)	Leite achocolatado + bolacha doce
Almoço	Arroz + Feijão +Pernil+Salada de acelga com tomate	Arroz + Feijão + carne moida com batata+salada de acelga com tomate	Arroz + Feijoada+Farofa de couve+ vinagrete	Arroz + Feijão +Frango + Salada de acelga com tomate	Arroz + Feijão + Macarronada + batatonese
Fruta	Maçã	Banana	Maçã	Banana	Laranja
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)
		981 Kcal	161g	31g	29g
			65% VET	12% VET	26% VET

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida. As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.


 Rita de Cássia do Amaral
 RG: 41220747-3
 Nutricionista CRN3 - 91897/P

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE**

**CARDÁPIO – E.E. ABEL DOS REIS (ENSINO MÉDIO) – MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR -PERÍODO: PARCIAL UNIDADE
ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E RURAL) FAIXA ETÁRIA: 15 a 17 anos**

Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

Março/2026

3ª Semana	2ªFEIRA 16/03	3ªFEIRA 17/03	4ªFEIRA 18/03	5ªFEIRA 19/03	6ªFEIRA 20/03
Desjejum	Leite achocolatado + pão francês com manteiga	Leite achocolatado + bolo (S/M/C)	Leite achocolatado + bolacha salgada	Leite achocolatado + bolo (S/M/C)	Leite achocolatado + bolacha doce
Almoço	Arroz + Feijão + pernil +Farofa de couve +	Arroz + Feijão + Macarronada + batatonese	Arroz + Feijão + Strogonoff + batata palha	Arroz + Feijão + Pernil + Salada de alface com tomate	Arroz + Feijoada+ farofa de couve+ vinagrete
Fruta	maçã	Banana	Maçã	melancia	Banana
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)
		927	167g	35 g	22 g
			72% VET	15% VET	21% VET

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida. As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.


 Rita de Cássia do Amaral
 RG: 41220747-3
 Nutricionista CRN3 - 91897/P

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE**

**CARDÁPIO – E.E. ABEL DOS REIS (ENSINO MÉDIO) – MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR -PERÍODO: PARCIAL UNIDADE
ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E RURAL) FAIXA ETÁRIA: 15 a 17 anos**

Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

Março/2026

4ª Semana	2ªFEIRA 08/12	3ªFEIRA 09/12	4ªFEIRA 10/12	5ªFEIRA 11/12	6ªFEIRA 12/12
Desjejum	Leite achocolatado + pão francês com manteiga	Leite achocolatado + bolo (S/M/C))	Leite achocolatado + bolacha (água e sal ou doce)	Leite achocolatado + bolo (S/M/C)	Leite achocolatado + bolacha (agua e sal ou doce)
Almoço	Arroz + Feijão + Macarronada + salada de alface com tomate	Arroz + Feijão + Frango+ batatonese	Arroz + Feijoada + vinagrete + farofa de couve	Arroz + Feijão + carne moída c/ chuchu + beterraba	Arroz + Feijão + Frango +Salada de acelga com cenoura
Fruta	Banana	Maçã	Melancia	Banana	laranja
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD(g)
		927	167g	35 g	22 g
			72% VET	15% VET	21% VET

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida. As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.


 Rita de Cassia do Amaral
 RG: 41220747-3
 Nutricionista CRN3 - 91897/P

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE**

**CARDÁPIO – E.E. ABEL DOS REIS (ENSINO MÉDIO) – MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR -PERÍODO: PARCIAL UNIDADE
ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E RURAL) FAIXA ETÁRIA: 15 a 17 anos**

Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

Março/2026

5ª Semana	2ªFEIRA 30/03	3ªFEIRA 31/03	4ªFEIRA	5ªFEIRA	6ªFEIRA
Desjejum	Leite achocolatado + pão francês com manteiga	Leite achocolatado + bolacha maisena			
Almoço	Arroz + Feijão Macarronada + Salada de alface com tomate	Arroz + Feijão + Stroganoff +batata palha			
Fruta	Maçã	Banana			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)		LPD(g)
			% VET		%VET
			167g		22 g
			72% VET		21% VET

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida. As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.


 Rita de Cássia do Amaral
 RG: 41220747-3
 Nutricionista CRN3 - 91897/P