

EE INTEGRAL					
MÊS: FEVEREIRO 2026		FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	02/fev	03/fev	04/fev	05/fev	06/fev
DESJEJUM (7h30)	SUCO INTEGRAL	COMPOSTO LÁCTEO	CHÁ MATE	SUCO INTEGRAL	COMPOSTO LÁCTEO
	BISCOITO DOCE	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA	BANANINHA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO (09h50)	ARROZ/ FEIJÃO ALMÔNDEGAS AO MOLHO E CHEIRO VERDE SALADA DE REPOLHO	ARROZ/ FEIJÃO LINGUIÇA DE FRANGO COM LEGUME FRUTA	ARROZ/FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM VERDURA SALADA DE LEGUME	ARROZ/FEIJÃO FRANGO COM LEGUME FRUTA	ARROZ/FEIJÃO CARNE ISCAS COM LEGUME
LANCHE DA TARDE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	SUCO INTEGRAL BISCOITO SALGADO	IOGURTE FLOCOS DE MILHO	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS	SUCO INTEGRAL PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 15 a 18 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1524,9	57,2	50,8	209,7

Fonte: TACO 4ª edição 2011/ Tabela de Composição Nutricional dos Alimentos IBGE 2011/ Rótulos e fichas técnicas dos alimentos

CONSIDERAÇÕES:

Cardápio sujeito à alterações. Não é permitida a alteração sem a permissão da CTA.

Horários conforme organização da unidade escolar.

EE INTEGRAL					
MÊS: FEVEREIRO 2026		FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	09/fev	10/fev	11/fev	12/fev	13/fev
DESJEJUM (7h30)	SUCO INTEGRAL BISCOITO SALGADO	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ BISCOITO
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	BANANINHA
ALMOÇO (09h50 - h)	ARROZ/ FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUME SALADA DE VERDURA	ARROZ/ FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUME FRUTA	ARROZ/FEIJÃO PRETO VIRADO DE CARNE SUÍNA COM VERDURA SALADA DE LEGUME	ARROZ/ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME FRUTA	ARROZ/ FEIJÃO LINGUIÇA DE FRANGO COM LEGUME SALADA DE VERDURA
LANCHE DA TARDE	LEITE INTEGRAL FLOCOS DE MILHO	IOGURTE FLOCOS DE MILHO	SUCO INTEGRAL MAÇÃ DESIDRATADA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM GELEIA	SUCO INTEGRAL PÃO FRANCÊS COM OVO MEXIDO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 15 a 18 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1407,6	52,8	46,9	193,5

Fonte: TACO 4ª edição 2011/ Tabela de Composição Nutricional dos Alimentos IBGE 2011/ Rótulos e fichas técnicas dos alimentos

CONSIDERAÇÕES:

Cardápio sujeito à alterações. Não é permitida a alteração sem a permissão da CTA.

Horários conforme organização da unidade escolar.

EE INTEGRAL					
MÊS: FEVEREIRO 2026		FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA*	SEXTA*
	16/fev	17/fev	18/fev	19/fev	20/fev
DESJEJUM (7h30)				LEITE INTEGRAL COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
COLAÇÃO				GOIABINHA	FRUTA
ALMOÇO (09h50 - h)	CARNAVAL	CARNAVAL	NÃO LETIVO	ARROZ/ FEIJÃO VIRADO DE CARNE SUÍNA COM LEGUME FRUTA	ARROZ/ FEIJÃO FRANGO COM LEGUME SALADA DE VERDURA
LANCHE DA TARDE				CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM GELEIA	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ BISCOITO SALGADO

* somente ETEC

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 15 a 18 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1359,8	51,0	45,3	187,0

Fonte: TACO 4ª edição 2011/ Tabela de Composição Nutricional dos Alimentos IBGE 2011/ Rótulos e fichas técnicas dos alimentos

CONSIDERAÇÕES:

Cardápio sujeito à alterações. Não é permitida a alteração sem a permissão da CTA.

Horários conforme organização da unidade escolar.

EE INTEGRAL					
MÊS: FEVEREIRO 2026			FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS		PERÍODO: INTEGRAL
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	23/fev	24/fev	25/fev	26/fev	27/fev
DESJEJUM (7h30)	LEITE INTEGRAL FLOCOS DE MILHO	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	LEITE INTEGRAL FLOCOS DE MILHO	SUCO INTEGRAL PÃO FRANCÊS COM GELEIA 100% FRUTA
COLAÇÃO	GOIABINHA	FRUTA	FRUTA	GOIABINHA	FRUTA
ALMOÇO (09h50 - h)	ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUME SALADA DE LEGUME	ARROZ/FEIJÃO FRANGO COM LEGUME FRUTA	ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA AO MOLHO SALADA DE VERDURA	ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUME FRUTA	ARROZ/FEIJÃO PEIXE COM LEGUME SALADA DE LEGUME GOIABINHA
LANCHE DA TARDE	ARROZ DOCE	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	SUCO INTEGRAL PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS	IOGURTE BISCOITO SALGADO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 15 a 18 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1524,7	57,2	50,8	209,6

Fonte: TACO 4ª edição 2011/ Tabela de Composição Nutricional dos Alimentos IBGE 2011/ Rótulos e fichas técnicas dos alimentos

CONSIDERAÇÕES:

Cardápio sujeito à alterações. Não é permitida a alteração sem a permissão da CTA.

Horários conforme organização da unidade escolar.