

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	ARROZ/ FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO
	ALMÔNDEGAS AO MOLHO E CHEIRO VERDE	LINGUIÇA DE FRANGO COM LEGUME	OVOS MEXIDOS COM VERDURA	FRANGO COM LEGUME	CARNE ISCAS COM LEGUME
	SALADA DE REPOLHO		SALADA DE LEGUME		
		FRUTA		FRUTA	
LANCHE DA TARDE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	SUCO INTEGRAL	IOGURTE	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ	SUCO INTEGRAL
		BISCOITO SALGADO	FLOCOS DE MILHO	PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS	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	COMPOSTO LÁCTEO	CHÁ MATE	COMPOSTO LÁCTEO	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ
	BISCOITO SALGADO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	BISCOITO
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	BANANINHA
ALMOÇO (09h50 - h)	ARROZ/ FEIJÃO	ARROZ/ FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO PRETO	ARROZ/ FEIJÃO	ARROZ/ FEIJÃO
	CARNE BOVINA COM LEGUME	CARNE BOVINA COM LEGUME	VIRADO DE CARNE SUÍNA COM VERDURA	FRANGO COM LEGUME	LINGUIÇA DE FRANGO COM LEGUME
	SALADA DE VERDURA		SALADA DE LEGUME		SALADA DE VERDURA
LANCHE DA TARDE	LEITE INTEGRAL	IOGURTE	SUCO INTEGRAL	CHÁ MATE	SUCO INTEGRAL
	FLOCOS DE MILHO	FLOCOS DE MILHO	MAÇÃ DESIDRATADA	PÃO FRANCÊS COM GELEIA	PÃO FRANCÊS COM OVO MEXIDO

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

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidios (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	COMPOSTO LÁCTEO
				PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
COLAÇÃO				GOIABINHA	FRUTA
ALMOÇO (09h50 - h)	CARNAVAL	CARNAVAL	NÃO LETIVO	ARROZ/ FEIJÃO	ARROZ/ FEIJÃO
				VIRADO DE CARNE SUÍNA COM LEGUME	FRANGO COM LEGUME
				FRUTA	SALADA DE VERDURA
LANCHE DA TARDE				CHÁ MATE	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ
				PÃO FRANCÊS COM GELEIA	BISCOITO SALGADO

* somente ETEC

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

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lípidios (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
	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.