

EE INTEGRAL					
MÊS: JULHO 2025		FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS		PERÍODO: INTEGRAL	
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		01/jul	02/jul	03/07/2025 - ETEC	04/07/2025 - ETEC
DESJEJUM		COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
COLAÇÃO		FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO		ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUME FRUTA	ARROZ/FEIJÃO PRETO LINGUIÇA DE FRANGO ACEBOLADA COM CHEIRO VERDE	ARROZ/FEIJÃO FRANGO REFOGADO COM LEGUME E CHEIRO VERDE	ARROZ/ FEIJÃO ALMÔNDEGAS AO MOLHO
LANCHE DA TARDE		LEITE INTEGRAL COM CAFÉ BISCOITO	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA

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

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1236,8	46,4	41,2	170,1

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: JULHO 2025		FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	07/jul	08/jul	09/jul	10/jul	11/jul
DESJEJUM					
COLAÇÃO					
ALMOÇO					
LANCHE DA TARDE					

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: JULHO 2025	FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS				PERÍODO: INTEGRAL
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	14/jul	15/jul	16/jul	17/jul	18/jul

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: JULHO 2025		FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS		PERÍODO: INTEGRAL	
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	21/jul	22/jul	23/jul	24/jul	25/jul
DESJEJUM			LEITE INTEGRAL COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	SUCO INTEGRAL PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
COLAÇÃO			FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO			ARROZ/FEIJÃO PRETO CARNE SUÍNA COM LEGUME SALADA DE LEGUME	ARROZ/ FEIJÃO FRANGO REFOGADO COM LEGUME FRUTA	ARROZ/ FEIJÃO ESTROGONOFÉ DE CARNE BOVINA LEGUME REFOGADO
LANCHE DA TARDE			ARROZ DOCE	IOGURTE COM FLOCOS DE MILHO	SUCO INTEGRAL PÃO FRANCÊS COM QUEIJO

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

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1459,8	54,7	48,7	200,7

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: JULHO 2025

FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS

PERÍODO: INTEGRAL

REFEIÇÃO	SEGUNDA 28/jul	TERÇA 29/jul	QUARTA 30/jul	QUINTA 31/jul	SEXTA
DESJEJUM	COMPOSTO LÁCTEO BISCOITO DOCE	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUME SALADA DE VERDURA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO ENSOPADO COM LEGUME FRUTA	ARROZ/ FEIJÃO PRETO CARNE SUÍNA ACEBOLADA COM LEGUME SALADA DE VERDURA	RISOTO DE FRIOS COM LEGUME FRUTA	
LANCHE DA TARDE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CHÁ MATE BISCOITO DOCE	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	LEITE INTEGRAL COM CAFÉ BARRINHA DE CEREAL	

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

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1324,7	49,7	44,2	182,1

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.