

EE INTEGRAL					
MÊS: SETEMBRO 2025	FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS				PERÍODO: INTEGRAL
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	01/set	02/set	03/set	04/set	05/set
DESJEJUM	COMPOSTO LÁCTEO	COMPOSTO LÁCTEO	CHÁ MATE	COMPOSTO LÁCTEO	CHÁ MATE
	BISCOITO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO PRETO	ARROZ/FEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE COM FRIOS VERDURA REFOGADA
	CARNE BOVINA COM LEGUME	FRANGO COM LEGUME	VIRADO DE CARNE SUÍNA COM VERDURA	CARNE BOVINA COM LEGUME	
	SALADA DE VERDURA		SALADA DE LEGUME	FRUTA	
LANCHE DA TARDE	CHÁ MATE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	CHÁ MATE GELADO	LEITE COM CAFÉ	SUCO INTEGRAL
	BISCOITO SALGADO		PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM OVO MEXIDO

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

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1482,6	55,6	49,4	203,9

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: SETEMBRO 2025		FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	08/set	09/set	10/set	11/set	12/set
DESJEJUM	COMPOSTO LÁCTEO	LEITE COM CAFÉ	COMPOSTO LÁCTEO	CHÁ MATE	COMPOSTO LÁCTEO
	BISCOITO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO	FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO
	CARNE BOVINA COM LEGUME	FRANGO COM LEGUME	OVO MEXIDO COM VERDURA	RISOTO DE FRANGO COM LEGUME	LINGUIÇA DE FRANGO COM LEGUMES
	SALADA DE VERDURA		LEGUME REFOGADO	FRUTA	LEGUME REFOGADO
LANCHE DA TARDE		SUCO INTEGRAL	CHÁ MATE GELADO	LEITE COM CACAU	IOGURTE
	ARROZ DOCE	BISCOITO SALGADO	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO	FLOCOS DE MILHO

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

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1584,2	59,4	52,8	217,8

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: SETEMBRO 2025		FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15/set	16/set	17/set	18/set	19/set
DESJEJUM	COMPOSTO LÁCTEO	COMPOSTO LÁCTEO	LEITE COM CAFÉ	CHÁ MATE	COMPOSTO LÁCTEO
	BISCOITO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE COM ATUM	ARROZ/FEIJÃO
	CARNE BOVINA COM LEGUME	FRANGO COM LEGUME	ALMÔNDEGAS AO MOLHO		CARNE BOVINA ACEBOLADA
	SALADA DE LEGUME		SALADA DE VERDURA	FRUTA	LEGUME REFOGADO
LANCHE DA TARDE	LEITE COM CAFÉ	SUCO INTEGRAL	CHÁ MATE GELADO	IOGURTE COM FLOCOS DE MILHO	LEITE COM CAFÉ
	BISCOITO DOCE	PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO		PÃO FRANCÊS COM PATÊ DE ATUM

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

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1547,4	58,0	51,6	212,8

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: SETEMBRO 2025		FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	22/set	23/set	24/set	25/set	26/set
DESJEJUM	CHÁ MATE	COMPOSTO LÁCTEO	CHÁ MATE	LEITE COM ACHOCOLATADO	CHÁ MATE
	BISCOITO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO PRETO
	OVO MEXIDO COM LEGUME	LINGUIÇA DE FRANGO COM LEGUME	PEIXE COM LEGUMES	CARNE BOVINA COM LEGUMES	VIRADO DE CARNE SUÍNA COM VERDURA
	SALADA DE LEGUME		SALADA DE VERDURA	FRUTA	SALADA DE VERDURA
LANCHE DA TARDE		COMPOSTO LÁCTEO	SUCO INTEGRAL		COMPOSTO LÁCTEO
	ARROZ DOCE		PÃO FRANCÊS COM OVOS MEXIDOS	IOGURTE COM FLOCOS DE MILHO	PÃO FRANCÊS COM QUEIJO

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

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1428,6	53,6	47,6	196,4

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: SETEMBRO 2025		FAIXA ETÁRIA: 16 A 18 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL
REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	29/set	30/set			
DESJEJUM	COMPOSTO LÁCTEO	COMPOSTO LÁCTEO			
	BISCOITO	PÃO FRANCÊS COM MARGARINA			
COLAÇÃO	FRUTA	FRUTA			
ALMOÇO	ARROZ/FEIJÃO	ARROZ/FEIJÃO			
	CARNE BOVINA COM LEGUME	FRANGO COM LEGUME			
	SALADA DE VERDURA				
LANCHE DA TARDE	COMPOSTO LÁCTEO	CHÁ MATE			
	BISCOITO SALGADO	PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO			

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

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
1625,3	60,9	54,2	223,5

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.