

MEF INTEGRAL		FAIXA ETÁRIA: 6 A 15 ANOS		TURMA A: 07h10 às 14h40 - 11 a 15 anos	
MÊS: SETEMBRO 2025				TURMA B: 10h20 às 17h50 - 6 a 10 anos	

ALIMENTAÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	01/set	02/set	03/set	04/set	05/set
ENTRADA	COMPOSTO LÁCTEO BISCOITO	LEITE COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
REFEIÇÃO PRINCIPAL	ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUME SALADA DE VERDURA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO COM LEGUME	ARROZ/FEIJÃO PRETO VIRADO DE CARNE SUÍNA COM VERDURA SALADA DE LEGUME	ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUME FRUTA	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE COM FRIOS VERDURA REFOGADA
LANCHE INTEGRAL	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA	FRUTA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 11 a 15 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
798,6	109,8	22,2	20,0

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 6 a 10 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
700,4	96,3	19,5	17,5

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.

MEF INTEGRAL		
FAIXA ETÁRIA: 6 A 15 ANOS		
TURMA A: 07h10 às 14h40 - 11 a 15 anos		
TURMA B: 10h20 às 17h50 - 6 a 10 anos		
MÊS: SETEMBRO 2025		

ALIMENTAÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	08/set	09/set	10/set	11/set	12/set
ENTRADA	COMPOSTO LÁCTEO BISCOITO	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
REFEIÇÃO PRINCIPAL	ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUME SALADA DE VERDURA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO COM LEGUME	ARROZ/FEIJÃO OVO MEXIDO COM VERDURA LEGUME REFOGADO	FEIJÃO RISOTO DE FRANGO COM LEGUME FRUTA	ARROZ/FEIJÃO LINGUIÇA DE FRANGO COM LEGUMES LEGUME REFOGADO
LANCHE INTEGRAL	FRUTA	BISCOITO	FRUTA	SUCO INTEGRAL	FRUTA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 11 a 15 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
804,3	110,6	22,3	20,1

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 6 a 10 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
604,1	83,1	16,8	15,1

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.

MEF INTEGRAL		
FAIXA ETÁRIA: 6 A 15 ANOS		
TURMA A: 07h10 às 14h40 - 11 a 15 anos		
TURMA B: 10h20 às 17h50 - 6 a 10 anos		
MÊS: SETEMBRO 2025		

ALIMENTAÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15/set	16/set	17/set	18/set	19/set
ENTRADA	COMPOSTO LÁCTEO BISCOITO	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	LEITE COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
REFEIÇÃO PRINCIPAL	ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUME SALADA DE LEGUME	ARROZ/FEIJÃO FRANGO COM LEGUME	ARROZ/FEIJÃO ALMÔNDegas AO MOLHO SALADA DE VERDURA	MACARRÃO AO MOLHO DE TOMATE COM ATUM FRUTA	ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA ACEBOLADA LEGUME REFOGADO
LANCHE INTEGRAL	FRUTA	FRUTA	FRUTA	SUCO INTEGRAL	BISCOITO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 11 a 15 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
796,8	109,6	22,1	19,9

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 6 a 10 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
605,8	83,3	16,8	15,1

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.

MEF INTEGRAL		FAIXA ETÁRIA: 6 A 15 ANOS		TURMA A: 07h10 às 14h40 - 11 a 15 anos	
MÊS: SETEMBRO 2025				TURMA B: 10h20 às 17h50 - 6 a 10 anos	

ALIMENTAÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	22/set	23/set	24/set	25/set	26/set
ENTRADA	CHÁ MATE BISCOITO	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA	COMPOSTO LÁCTEO PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO	CHÁ MATE PÃO FRANCÊS COM MARGARINA
REFEIÇÃO PRINCIPAL	ARROZ/FEIJÃO OVO MEXIDO COM LEGUME SALADA DE LEGUME	ARROZ/FEIJÃO LINGUIÇA DE FRANGO COM LEGUME	ARROZ/FEIJÃO PEIXE COM LEGUMES SALADA DE VERDURA	ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUMES FRUTA	ARROZ/FEIJÃO PRETO VIRADO DE CARNE SUÍNA COM VERDURA SALADA DE VERDURA
LANCHE INTEGRAL	FRUTA	BISCOITO	FRUTA	SUCO INTEGRAL	FRUTA

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 11 a 15 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
812,4	111,7	22,6	20,3

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 6 a 10 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
702,6	96,6	19,5	17,6

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.

MÊS: SETEMBRO 2025		EMEF INTEGRAL FAIXA ETÁRIA: 6 A 15 ANOS	TURMA A: 07h10 às 14h40 - 11 a 15 anos TURMA B: 10h20 às 17h50 - 6 a 10 anos
---------------------------	--	---	---

ALIMENTAÇÃO	SEGUNDA 29/set	TERÇA 30/set	QUARTA	QUINTA	SEXTA
ENTRADA	COMPOSTO LÁCTEO BISCOITO	LEITE COM CAFÉ PÃO FRANCÊS COM MARGARINA			
REFEIÇÃO PRINCIPAL	ARROZ/FEIJÃO CARNE BOVINA COM LEGUME SALADA DE VERDURA	ARROZ/FEIJÃO FRANGO COM LEGUME			
LANCHE INTEGRAL	FRUTA	FRUTA			

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 11 a 15 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
803,6	110,5	22,3	20,1

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL - MÉDIA SEMANAL - 6 a 10 anos - 70%

Energia (Kcal)	Proteínas (g)	Lipídios (g)	Carboidratos (g)
624,8	85,9	17,4	15,6

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.