



JULHO 2026

EMEB/ EMEI/EJA/APAE

3ª Semana	2ª FEIRA 29/jun	3ª FEIRA 30/jun	4ª FEIRA 1/jul	5ª FEIRA 2/jul	6ª FEIRA 3/jul
REFEIÇÃO Horários:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO, OVO, COUVE, TOMATE E CENOURA), SALADA DE REPOLHO, LARANJA	ARROZ, CARNE MOÍDA COM BATATA DOCE, SALADA DE PEPINO, MAÇÃ	MACARRÃO, FRANGO AO MOLHO ROSÊ COM COUVE FLOR, SALADA DE ALFACE, MELÃO	ARROZ, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM BERINJELA, SALADA DE TOMATE, ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM ABOBRINHA, SALADA DE ACELGA, MELANCIA
		Energia (Kcal)	Carboidratos (g%)	Proteínas (g%)	Lipídios (g%)
EMEB/EJA/EE		505,00	77,2 - 61%	21,1 - 17%	13,6 - 24%
EMEI		374,00	55,4 - 59%	17,5 - 19%	10,3 - 25%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.



JULHO 2026

EMEB/ EMEI/EJA/APAE

4ª Semana	2ª FEIRA 6/jul	3ª FEIRA 7/jul	4ª FEIRA 8/jul	5ª FEIRA 9/jul	6ª FEIRA 10/jul
REFEIÇÃO Horários:	MACARRÃO, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA, SALADA DE REPOLHO, MAÇÃ	ARROZ, FRANGO AO MOLHO COM ABÓBORA, SALADA DE PEPINO, MELÃO	CONSELHO	FERIADO	P.F
		Energia (Kcal/%)	Carboidratos (g%)	Proteínas (g%)	Lipídios (g%)
Composição Nutricional (Média Semanal)*		438,00	62,2 - 57%	19,6 - 18%	13,7 - 28%
EMEB/EJA/EE		321,10	42,6 - 53%	17,0 - 21%	10,3 - 29%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.

JULHO 2026

EMEB/ EMEI/EJA/APAE



4ª Semana	2ª FEIRA 27/jul	3ª FEIRA 28/jul	4ª FEIRA 29/jul	5ª FEIRA 30/jul	6ª FEIRA 31/jul
REFEIÇÃO Horários:	FÉRIAS	MACARRÃO, FRANGO AO MOLHO COM ABOBRINHA, SALADA DE ACELGA, MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA, SALADA DE ALFACE, MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM PIMENTÃO, SALADA DE COUVE, LARANJA	ARROZ, FRANGO AO MOLHO COM CHUCHU, SALADA DE PEPINO, ABACAXI
Composição Nutricional (Média Semanal)*	Energia (Kcal/%)		Carboidratos (g/%)	Proteínas (g/%)	Lipídios (g/%)
EMEB/EJA/EE	491,00		70,8 - 58%	21,5 - 17%	10,1 - 18%
EMEI	379,20		52,2 - 55%	19,2 - 20%	11,2 - 27%

Os gêneros em destaque serão atendidos pela Agricultura Familiar, em acordo com a Lei nº 11.947, de 16 de Junho de 2009.

Karem
Kárem Miyuki Bando
CRM - 4873
Nutricionista