JULHO 2025

EMEB/ EMEI/EJA/APAE

3ª Semana	2ª FEIRA 21/jul	3ª FEIRA 22/jul	4ª FEIRA 23/jul	5ª FEIRA 24/jul	6ª FEIRA 25/jul
REFEIÇÃO Horários:	ARROZ, FEIJÃO, OVOS MEXIDOS COM VAGEM, SALADA DE ACELGA, MAÇÃ	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM BATATA DOCE, SALADA DE PEPINO, ABACAXI	MACARRÃO, FRANGO AO MOLHO COM BRÓCOLIS, SALADA DE BETERRABA, MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL ACEBOLADO COM PIMENTÃO, SALADA DE COUVE, MEXERICA	ARROZ, CARNE MOÍDA COM ESPINAFRE, SALADA DE ALFACE, BANANA

	Energia (Kcal)	Carboidratos (g/%)	Proteínas (g/%)	Lipídios (g/%)
EMEB/EJA/EE	521,90	79,6 - 61%	21,4 - 16%	14,5 - 25%
EMEI	386,80	56,6 - 58%	17,7 - 18%	11,2 - 26%

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

JULHO 2025

4ª Semana	2ª FEIRA 28/jul	3ª FEIRA 29/jul	4ª FEIRA 30/jul	5ª FEIRA 31/jul	6ª FEIRA 1/ago
REFEIÇÃO Horários:	ARROZ, FEIJÃO, FAROFA NUTRITIVA (FARINHA DE MILHO,OVO, ESCAROLA, TOMATE E CENOURA), SALADA DE REPOLHO, MELÃO	ARROZ, STROGONOFF DE FRANGO COM BATATA PALHA, SALADA DE ACELGA, MELANCIA	POLENTA,CARNE MOÍDA COM CENOURA, SALADA DE ALFACE E MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CAÇÃO COM BATATA SALADA DE TOMATE, BANANA	ARROZ, CARNE EM CUBOS COM CHUCHU, SALADA DE PEPINO, MAMÃO

Composição Nutricional (Média Semanal)*	Energia (Kcal/%)	Carboidratos (g/%)	Proteínas (g/%)	Lipídios (g/%)
EMEB/EJA/EE	476,40	73,3 - 62%	18,7 - 16%	13,4 - 25%
EMEI	328,40	51,4 - 63%	15,2 - 18%	7,9 -22%

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

Kárem Miyuki Bando
CRN - 4873
Nutricionista