

LANCHE EJA / JUNHO 2025

PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	02/06/25	03/06/25	04/06/25	05/06/25	06/06/25
MANHÃ E TARDE	Macarrão Parafuso ao sugo Molho de frango com cenoura Maçã	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne de panela (ISCAS) com cenoura Farofa de repolho Salada de tomate	Arroz parbolizado Feijão Preto Isclas de frango ensopado com aipim Salada de alface AF com tomate banana AF	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída refogada com abobrinha Quibebe AF Ponkan AF	Arroz parbolizado Virado de feijão ovos mexidos Salada de beterraba cozida
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/06/25	10/06/25	11/06/25	12/06/25	13/06/25
MANHÃ E TARDE	Risoto de frango sobrecoxa dessossada com Legumes (abobrinha, cenoura e tomate) Laranja	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída com molho com cenoura e milho Pure de batatas	Macarrão com carne moída abobrinha e milho Salada de rabanete e cenoura ralada Banana	Arroz parbolizado Feijão carioca Frango refogado com cenoura nhoque ao sugo Salada de chuchu com cheiro verde	Arroz parbolizado Feijão Preto Yakissoba (iscas de carne) Salada de couve ponkan AF
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/06/25	17/06/25	18/06/25	19/06/25	20/06/25
MANHÃ E TARDE	Sopa camponesa (frango, abobrinha, batata e cenoura) torradas Ponkan	Arroz parbolizado Feijão carioca Carne moída refogada com cenoura Salada de repolho com tomate	Arroz parbolizado Feijão Preto Strogonofe de carnes (iscas) batata palha salada de beterraba Mamão picado	FERIADO	RECESSO
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	QUARTA-FEIRA
	23/06/25	24/06/25	25/06/25	26/06/25	27/06/25
MANHÃ E TARDE	Polenta com molho de carne moída e legumes (cenoura, batata e abobora) Salada de Beterraba cozida Laranja	Arroz parbolizado Feijão carioca Peixe ensopado com cenoura Batata corada no forno com oregano	Arroz parbolizado Feijão Preto vaca atolada (aipim e isclas bovinas) farofa com couve manteiga Mamão	Arroz parbolizado Feijão Preto Frango ao sugo com milho Cenoura sauté Salada de repolho bicolor	Sopa de feijão com macarrão , moída e couve picadinha torradas laranja
PERÍODO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	QUARTA-FEIRA
	30/06/25				
MANHÃ E TARDE	Sopa legumes com macarrão e frango torradas Maçã				

VALDIRENE HITNER PADILHA CRN 8 1652

SEMANA 1

Energia (Kcal): 340 / Carboidrato (g): 57 / Lípidios (g): 5 / Proteínas (g): 17

SEMANA 2

Energia (Kcal): 490 / Carboidrato (g): 83 / Lípidios (g): 9 / Proteínas (g): 21

SEMANA 3

Energia (Kcal): 430 / Carboidrato (g): 70 / Lípidios (g): 8 / Proteínas (g): 20

SEMANA 4

Energia (Kcal): 399 / Carboidrato (g): 67 / Lípidios (g): 8 / Proteínas (g): 15

SEMANA 5

Energia (Kcal): 425 / Carboidrato (g): 66 / Lípidios (g): 9 / Proteínas (g): 22