ESTADO DE MATO GROSSO
PREFEITURA MUNICIPAL DE JUÍNA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
AVENIDA HILDA LOURDES PERSICI PEDROTTI, Nº 96N, MODULO 1
nutricao@edu.juina.mt.gov.br

RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 24 - CARDÁPIO 09 - EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL RURAL - 2026 — **Semana 1 - 02/11/2026 a 06/11/2026**

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 1 8:00H	LARANJA MACARRÃO (ESPAGUETE) AO MOLHO Ing.: laranja, alho in natura - kg, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, macarrão tipo espaguete 1 kg, óleo de soja - und, sal refinado, cheiro verde - cebolinha.	CHÁ MATE BOLO MESCLADO Ing.: açucar cristal pct 2kg, chá mate pct 250g, farinha de trigo - kg, fermento quimico pct 100g, óleo de soja - und, leite integral uht, ovos de galinha - duzia, achocolatado 750g, cacau em pó 100% pct 200g, leite pasteurizado.	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO CASEIRO C/ MARGARINA Ing.: leite integral uht, achocolatado 750g, cacau em pó 100% pct 200g, leite pasteurizado, açucar cristal pct 2kg, farinha de trigo - kg, óleo de soja - und, margarina vegetal pote 500g, sal refinado, ovos de galinha - duzia, fermento biológico pct 125g.	SUCO DE FRUTAS - POLPA BOLO DE CHOCOLATE Ing.: açucar cristal pct 2kg, polpa de frutas, farinha de trigo - kg, fermento quimico pct 100g, óleo de soja - und, leite integral uht, ovos de galinha - duzia, achocolatado 750g, cacau em pó 100% pct 200g, leite pasteurizado.	POLENTA CARNE DE FRANGO REFOGADO - (PEITO) Ing.: alho in natura - kg, cebola branca, fubá de milho 1 kg, óleo de soja - und, sal refinado, açafrão pct 30g, cheiro verde - cebolinha, vinagre - frasco 750g, carne de frango - filé de peito.
LANCHE 2 11:00H	CARNE (MOÍDA) AO MOLHO ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO PURÊ DE BATATA Ing.: alho in natura - kg, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, cheiro verde - cebolinha, arroz branco pct 5kg, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, batata inglesa, margarina vegetal pote 500g, leite integral uht.	BANANA MAÇÃ ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO SALADA DE ALFACE COM TOMATE CARNE DE FRANGO ASSADO (COXA) Ing.: banana maçã, arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, alface fresca - und, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, carne de frango - coxa e sobrecoxa, colorau pct 500g.	ARROZ BRANCO CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA MELANCIA SALADA DE PEPINO COM TOMATE FEIJÃO PRETO COZIDO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, carne bovina - coxão duro, cebola branca, colorau pct 500g, cheiro verde - cebolinha, melancia, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, pepino, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g.	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO COZIDO ISCAS DE CARNE PATINHO - REFOGADO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g, carne bovina - patinho, cebola branca, colorau pct 500g, tomate - kg, cheiro verde - cebolinha.	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO SALADA DE BETERRABA COZIDA CARNE (Suína) acebolada- REFOGADO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, beterraba, vinagre - frasco 750g, cebola branca, alecrin seco, cheiro verde - cebolinha, carne suina - paleta.

Composição nutricional		ENE (KCAL)	CHO (G)	PTN (G)	LIP (G)	FB (G)	VTA (MCG)	VTC (MG)	CA (MG)	FE (MG)	MG (MG)	ZN (MG)	NA (MG)
Faixa etária	Semana	3018,02	444,77	101,18	94,62	30,12	168,14	129,89	520,43	13,81	438,6	16,84	5253,78
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Média diária	603,6	88,95	20,23	18,92	6,02	33,62	25,97	104,08	2,76	87,72	3,36	1050,75

Custo

Faixa etária	Domingo	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado	Total Semana	Média Diária
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS		3,46	3,48	5,42	3,39	2,47		18,22	3,64

ESTADO DE MATO GROSSO
PREFEITURA MUNICIPAL DE JUÍNA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
AVENIDA HILDA LOURDES PERSICI PEDROTTI, Nº 96N, MODULO 1
nutricao@edu.juina.mt.gov.br

RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 24 - CARDÁPIO 09 - EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL RURAL - 2026 — **Semana 2 - 09/11/2026 a 13/11/2026**

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 1 8:00H	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO CASEIRO C/ MARGARINA Ing.: leite integral uht, achocolatado 750g, cacau em pó 100% pct 200g, leite pasteurizado, açucar cristal pct 2kg, farinha de trigo - kg, óleo de soja - und, margarina vegetal pote 500g, sal refinado, ovos de galinha - duzia, fermento biológico pct 125g.	BOLO DE CENOURA CHÁ MATE Ing.: açucar cristal pct 2kg, cenoura, farinha de trigo - kg, fermento quimico pct 100g, óleo de soja - und, leite integral uht, ovos de galinha - duzia, leite pasteurizado, chá mate pct 250g.	POLENTA, CARNE MOÍDA AO MOLHO C/ CENOURA Ing.: alho in natura - kg, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, cenoura, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, fubá de milho 1 kg, óleo de soja - und, sal refinado.	BANANA MAÇÃ LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DOCE (TIPO MAIZENA) Ing.: banana maçã, leite integral uht, achocolatado 750g, cacau em pó 100% pct 200g, leite pasteurizado, biscoito doce pct 345g.	SUCO DE FRUTAS - POLPA FAROFA FLOCÃO DE MILHO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES Ing.: açucar cristal pct 2kg, polpa de frutas, alho in natura - kg, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, cenoura, couve - und, óleo de soja - und, sal refinado, açafrão pct 30g, flocos de milho - kg, cheiro verde - cebolinha.
LANCHE 2 11:00H	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO MAÇÃ SALADA DE BETERRABA COZIDA CARNE (MOÍDA) - REFOGADO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, maçã, beterraba, vinagre - frasco 750g, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, tomate - kg, cheiro verde - cebolinha.	ARROZ BRANCO MACARRÃO (ESPAGUETE) AO MOLHO SALADA DE ALFACE E REPOLHO FEIJÃO PRETO COZIDO ISCAS DE CARNE PATINHO - REFOGADO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, macarrão tipo espaguete 1 kg, cheiro verde - cebolinha, alface fresca - und, repolho verde - kg, vinagre - frasco 750g, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g, carne bovina - patinho, cebola branca, tomate - kg.	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO ABOBRINHA VERDE REFOGADA CARNE DE FRANGO ASSADO (COXA) SALADA DE REPOLHO COM TOMATE Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, abobrinha verde, cebola branca, orégano pct 10g, tomate - kg, cheiro verde - cebolinha, carne de frango - coxa e sobrecoxa, colorau pct 500g, vinagre - frasco 750g, repolho verde - kg.	ARROZ BRANCO LARANJA COUVE REFOGADA FALSA FEIJOADA (SUINA E BOVINA) Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, laranja, cebola branca, couve - und, carne bovina - coxão duro, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g, carne suina - paleta.	ARROZ BRANCO CARNE (ACEM) AO MOLHO COM MANDIOCA SALADA DE PEPINO COM TOMATE FEIJÃO PRETO COZIDO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, carne bovina - acém, cebola branca, colorau pct 500g, mandioca descascada - kg, vinagre - frasco 750g, cheiro verde - cebolinha, tomate - kg, pepino, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g.

Composição nutricional		ENE (KCAL)	CHO (G)	PTN (G)	LIP (G)	FB (G)	VTA (MCG)	VTC (MG)	CA (MG)	FE (MG)	MG (MG)	ZN (MG)	NA (MG)
Faixa etária	Semana	2958,33	408,17	112,45	98,62	32,62	170,14	119,09	730,34	14,16	436,36	23,03	5113,63
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Média diária	591,66	81,63	22,49	19,72	6,52	34,02	23,81	146,06	2,83	87,27	4,6	1022,72

Custo

Faixa etária	Domingo	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado	Total Semana	Média Diária
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS		5,32	3,12	2,52	5,52	3,28		19,76	3,95

ESTADO DE MATO GROSSO
PREFEITURA MUNICIPAL DE JUÍNA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
AVENIDA HILDA LOURDES PERSICI PEDROTTI, Nº 96N, MODULO 1
nutricao@edu.juina.mt.gov.br

RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 24 - CARDÁPIO 09 - EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL RURAL - 2026 — **Semana 3 - 16/11/2026 a 20/11/2026**

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 1 8:00H	BANANA MAÇÃ LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO SALGADO CRACKER Ing.: banana maçã, leite integral uht, achocolatado 750g, cacau em pó 100% pct 200g, leite pasteurizado, biscoito salgado cracker - pct 345g.	BOLO DE FUBÁ CHÁ MATE Ing.: açucar cristal pct 2kg, farinha de trigo - kg, fermento quimico pct 100g, fubá de milho 1 kg, óleo de soja - und, leite integral uht, ovos de galinha - duzia, leite pasteurizado, chá mate pct 250g.	POLENTA COM PEITO FRANGO AO MOLHO Ing.: alho in natura - kg, cebola branca, extrato de tomate 300g, fubá de milho 1 kg, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, açafrão pct 30g, carne de frango - filé de peito.	MAÇÃ BISCOITO DOCE (TIPO MAIZENA) IOGURTE CASEIRO DE FRUTA Ing.: maçã, biscoito doce pct 345g, banana nanica, polpa de frutas, leite integral uht, ameixa seca, iogurte natural.	SOPA DE MACARRÃO (LETRINHA) COM CARNE (COXÃO DURO) , CENOURA, BATATA E ABOBRINHA Ing.: batata inglesa, abobrinha verde, alho in natura - kg, carne bovina - coxão duro, cebola branca, cenoura, colorau pct 500g, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, cheiro verde - cebolinha, macarrão de letrinha.
LANCHE 2 11:00H	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO SALADA DE BETERRABA COZIDA SELETA - CARNE MOIDA REFOGADO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, beterraba, vinagre - frasco 750g, batata inglesa, abobrinha verde, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, cenoura, colorau pct 500g, tomate - kg, cheiro verde - cebolinha.	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA SALADA DE ALFACE COM RÚCULA Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, carne bovina - coxão duro, cebola branca, colorau pct 500g, cheiro verde - cebolinha, alface fresca - und, vinagre - frasco 750g, rúcula.	ARROZ BRANCO MANDIOCA COZIDA ISCAS DE CARNE AO MOLHO - PATINHO FEIJÃO PRETO COZIDO MELÃO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, mandioca descascada - kg, cheiro verde - cebolinha, carne bovina - patinho, cebola branca, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, tomate - kg, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g, melão.	CARNE (ACEM) AO MOLHO. ARROZ BRANCO SALADA DE REPOLHO COM TOMATE FAROFA DE BANANA DA TERRA Ing.: alho in natura - kg, carne bovina - acém, cebola branca, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, cheiro verde - cebolinha, arroz branco pct 5kg, repolho verde - kg, cenoura, farinha de mandioca - kg, banana da terra.	ARROZ BRANCO MELANCIA SALADA DE REPOLHO COM TOMATE BOBÓ DE GALINHA Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, melancia, tomate - kg, repolho verde - kg, vinagre - frasco 750g, cebola branca, extrato de tomate 300g, mandioca descascada - kg, leite integral uht, carne de frango - peito kg, açafrão pct 30g, cheiro verde - cebolinha.

Composição nutricional		ENE (KCAL)	CHO (G)	PTN (G)	LIP (G)	FB (G)	VTA (MCG)	VTC (MG)	CA (MG)	FE (MG)	MG (MG)	ZN (MG)	NA (MG)
Faixa etária	Semana	2614,1	395,93	92,77	76,33	26,66	99,83	90,41	575,27	11,38	399,7	15,32	4562,85
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Média diária	522,82	79,18	18,55	15,26	5,33	19,96	18,08	115,05	2,27	79,94	3,06	912,57

Custo

Faixa etária	Domingo	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado	Total Semana	Média Diária
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS		4,98	2,66	3,76	4,29	4,45		20,14	4,03

ESTADO DE MATO GROSSO
PREFEITURA MUNICIPAL DE JUÍNA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
AVENIDA HILDA LOURDES PERSICI PEDROTTI, Nº 96N, MODULO 1
nutricao@edu.juina.mt.gov.br

RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 24 - CARDÁPIO 09 - EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL RURAL - 2026 — **Semana 4 - 23/11/2026 a 27/11/2026**

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 1 8:00H	FAROFA DE CARNE MOÍDA COM LEGUMES SUCO DE FRUTAS - POLPA Ing.: alho in natura - kg, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, cenoura, couve - und, farinha de mandioca - kg, óleo de soja - und, sal refinado, açafrão pct 30g, cheiro verde - cebolinha, açucar cristal pct 2kg, polpa de frutas.	CHÁ MATE PÃO CASEIRO COM QUEIJO Ing.: açucar cristal pct 2kg, chá mate pct 250g, farinha de trigo - kg, óleo de soja - und, sal refinado, leite integral uht, ovos de galinha - duzia, queijo fresco, fermento biológico pct 125g.	LEITE COM ACHOCOLATADO MAÇÃ BOLO DE CHOCOLATE Ing.: leite integral uht, achocolatado 750g, cacau em pó 100% pct 200g, leite pasteurizado, maçã, açucar cristal pct 2kg, farinha de trigo - kg, fermento quimico pct 100g, óleo de soja - und, ovos de galinha - duzia.	POLENTA COM PEITO FRANGO AO MOLHO Ing.: alho in natura - kg, cebola branca, extrato de tomate 300g, fubá de milho 1 kg, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, açafrão pct 30g, carne de frango - filé de peito.	BANANA MAÇÃ CANJICA AMARELA Ing.: banana maçã, açucar cristal pct 2kg, coco ralado pct 100g, leite integral uht, canela em pó 10g, leite pasteurizado, canjica amarela- 500g.
LANCHE 2 11:00H	CARNE (MOÍDA) AO MOLHO ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO BATATA DOCE Ing.: alho in natura - kg, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, cheiro verde - cebolinha, arroz branco pct 5kg, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, batata doce.	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO SALADA DE ALFACE COM TOMATE CARNE (ACEM)- REFOGADO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, alface fresca - und, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, carne bovina - acém, cebola branca, colorau pct 500g, cheiro verde - cebolinha.	ARROZ BRANCO CARNE DE FRANGO REFOGADO - (PEITO) REPOLHO REFOGADO COM CENOURA RALADA FEIJÃO PRETO COZIDO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, cebola branca, vinagre - frasco 750g, açafrão pct 30g, cheiro verde - cebolinha, carne de frango - filé de peito, cenoura, repolho verde - kg, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g.	ARROZ BRANCO FEIJÃO PRETO COZIDO CARNE (MÚSCULO) AO MOLHO. COM BATATA - FAROFA NUTRITIVA Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g, batata inglesa, carne bovina - musculo, cebola branca, colorau pct 500g, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, cheiro verde - cebolinha, abobrinha verde, cenoura, cheiro verde salsinha - und, farinha de mandioca - kg, açafrão pct 30g.	ARROZ BRANCO SALADA DE REPOLHO COM TOMATE FEIJÃO PRETO COZIDO BANANA NANICA GRÃO DE BICO COM FRANGO AO MOLHO - (COXA) Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, repolho verde - kg, vinagre - frasco 750g, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g, banana nanica, carne de frango - coxa e sobrecoxa, cebola branca, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, açafrão pct 30g, grão de bico, cheiro verde - cebolinha.

Composição nutricional		ENE (KCAL)	CHO (G)	PTN (G)	LIP (G)	FB (G)	VTA (MCG)	VTC (MG)	CA (MG)	FE (MG)	MG (MG)	ZN (MG)	NA (MG)
Faixa etária	Semana	2934,37	442,8	95,33	89,63	35,3	117,83	65,66	528,58	13,36	417,37	18,33	4558,83
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Média diária	586,87	88,56	19,06	17,92	7,06	23,56	13,13	105,71	2,67	83,47	3,66	911,76

Custo

Faixa etária	Domingo	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado	Total Semana	Média Diária
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS		3,49	2,68	5,5	3,18	3,86		18,71	3,74

ESTADO DE MATO GROSSO
PREFEITURA MUNICIPAL DE JUÍNA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
AVENIDA HILDA LOURDES PERSICI PEDROTTI, Nº 96N, MODULO 1
nutricao@edu.juina.mt.gov.br

RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 24 - CARDÁPIO 09 - EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL RURAL - 2026 — **Semana 5 - 30/11/2026 a 04/12/2026**

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 1 8:00H	MACARRÃO (ESPAGUETE) COM FRANGO - PEITO LARANJA Ing.: alho in natura - kg, cebola branca, extrato de tomate 300g, macarrão tipo espaguete 1 kg, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, cheiro verde - cebolinha, carne de frango - filé de peito, laranja.	BOLO DE FUBÁ CHÁ MATE Ing.: açucar cristal pct 2kg, farinha de trigo - kg, fermento quimico pct 100g, fubá de milho 1 kg, óleo de soja - und, leite integral uht, ovos de galinha - duzia, leite pasteurizado, chá mate pct 250g.	CHÁ MATE PÃO CASEIRO C/ MARGARINA MELÃO Ing.: açucar cristal pct 2kg, chá mate pct 250g, farinha de trigo - kg, óleo de soja - und, margarina vegetal pote 500g, sal refinado, leite integral uht, ovos de galinha - duzia, fermento biológico pct 125g, melão.	CARNE (MOÍDA) AO MOLHO POLENTA Ing.: alho in natura - kg, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, cheiro verde - cebolinha, fubá de milho 1 kg, açafrão pct 30g.	SOPA DE MACARRÃO (LETRINHA) COM CARNE (COXÃO DURO) , CENOURA, BATATA E ABOBRINHA Ing.: batata inglesa, abobrinha verde, alho in natura - kg, carne bovina - coxão duro, cebola branca, cenoura, colorau pct 500g, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, cheiro verde - cebolinha, macarrão de letrinha.
LANCHE 2 11:00H	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO CARNE (MOÍDA) COM CHUCHU E CENOURA Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, cenoura, chuchu, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, cheiro verde - cebolinha.	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA SALADA DE ALFACE COM TOMATE ABÓBORA REFOGADA Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, carne bovina - coxão duro, cebola branca, colorau pct 500g, cheiro verde - cebolinha, alface fresca - und, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, abóbora madura.	ARROZ COM CARNE DE FRANGO (COXA) SALADA DE PEPINO COM TOMATE FEIJÃO PRETO COZIDO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, carne de frango - coxa e sobrecoxa, cebola branca, colorau pct 500g, óleo de soja - und, sal refinado, vinagre - frasco 750g, açafrão pct 30g, cheiro verde - cebolinha, tomate - kg, pepino, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g.	ARROZ BRANCO SALADA DE BETERRABA COZIDA FEIJÃO PRETO COZIDO ISCAS DE CARNE PATINHO - REFOGADO Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, beterraba, vinagre - frasco 750g, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g, carne bovina - patinho, cebola branca, colorau pct 500g, tomate - kg, cheiro verde - cebolinha.	ARROZ COM CENOURA SALADA DE REPOLHO COM TOMATE CARNE DE FRANGO AO MOLHO - (PEITO) Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, cenoura, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, repolho verde - kg, vinagre - frasco 750g, cebola branca, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, açafrão pct 30g, cheiro verde - cebolinha, carne de frango - filé de peito.

Composição nutricional		ENE (KCAL)	CHO (G)	PTN (G)	LIP (G)	FB (G)	VTA (MCG)	VTC (MG)	CA (MG)	FE (MG)	MG (MG)	ZN (MG)	NA (MG)
Faixa etária	Semana	2669,12	362,81	99,33	91,1	25,07	34,66	112,4	200,07	12,38	325,04	17,43	4806,54
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Média diária	533,82	72,56	19,86	18,22	5,01	6,93	22,48	40,01	2,47	65	3,48	961,3

Custo

Faixa etária	Domingo	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira	Sábado	Total Semana	Média Diária
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS		3,31	2,95	2,67	3,59	2,91		15,43	3,09

Legenda						
	ENE - Energia	LIP - Lípides totais	FB - Fibra Alimentar	MG - Magnésio	NA - Sódio	VTA - Retinol Vitamina A
	PTN - Proteínas	CHO - Carboidratos	CA - Cálcio	FE - Ferro	ZN - Zinco	VTC - Vitamina C

RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 24 - CARDÁPIO 09 - EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL RURAL - 2026 **Semana 5 - 30/11/2026 a 04/12/2026**

Daniele Carminati Fechio
Nutricionista
CRN1-6737 MT

Larissa Sperandio Mendes de Mendonça
Nutricionista
CRN1- 16921 MT