



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



RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 26 - CARDÁPIO 11 - EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL HORÁRIO ESTENDIDO - 2025 VESPERTINO- CEM DR GUILHERME **Semana 1 - 01/12/2025 a 05/12/2025**

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 3	BANANA MAÇÃ	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ COM CENOURA
15:00H	CHÁ MATE	FEIJÃO CARIOCA COZIDO	SALADA DE ALFACE COM TOMATE	FEIJÃO CARIOCA COZIDO	CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA
	BOLO MESCLADO	CARNE (ACEM) AO MOLHO COM BATATA E CENOURA	CARNE DE FRANGO AO MOLHO - (COXA)	LARANJA	SALADA DE REPOLHO COM TOMATE
	Ing.: banana maçã, açúcar cristal, chá mate, farinha de trigo, fermento químico, óleo de soja, leite integral uht, ovos de galinha, achocolatado 800g, cacau em pó 100%, leite pasteurizado.	SALADA ALFACE COM CENOURA	FEIJÃO PRETO COZIDO	CARNE (ACEM) AO MOLHO COM MANDIOCA	Ing.: arroz branco, alho in natura, cenoura, óleo de soja, sal refinado, carne bovina - coxão duro, cebola branca, colorau, cheiro verde - cebolinha, tomate, repolho verde, vinagre.
		Ing.: arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, feijão carioca, louro em folhas secas, batata inglesa, carne bovina - acém, cebola branca, cenoura, colorau, extrato de tomate, tomate, vinagre, cheiro verde - cebolinha, alface fresca.	MAMÃO	Ing.: arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, alface fresca, tomate, vinagre, carne de frango - coxa e sobrecoxa, cebola branca, colorau, extrato de tomate, açafrão, cheiro verde - cebolinha, feijão preto, louro em folhas secas, mamão.	

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 ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Semana	1892,35	284,85	66,15	55,97	22,27	74,73	209,08	181,88	8,64	282,45	10,3	2974,64
	Média diária	378,47	56,97	13,23	11,19	4,45	14,94	41,81	36,37	1,72	56,49	2,06	594,92

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		2,17	1,65	2,49	2,14	1,8		10,25	2,05	



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



RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 26 - CARDÁPIO 11 - EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL HORÁRIO ESTENDIDO - 2025 VESPERTINO- CEM DR GUILHERME Semana 2 - 08/12/2025 a 12/12/2025

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 3	BOLO DE CENOURA	BANANA MAÇÃ	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	GALINHADA
15:00H	LEITE COM ACHOCOLATADO MAÇÃ Ing.: açúcar cristal, cenoura, farinha de trigo, fermento químico, óleo de soja, leite integral uht, ovos de galinha, leite pasteurizado, achocolatado 800g, cacau em pó 100%, maçã.	ARROZ BRANCO ISCA DE CARNE (PATINHO) COM MANDIOCA SALADA DE ALFACE E COUVE Ing.: banana maçã, arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, carne bovina - patinho, cebola branca, colorau, extrato de tomate, mandioca descascada, tomate, vinagre, cheiro verde - cebolinha, alface fresca, couve.	CARNE (MOÍDA) COM BATATA E CENOURA SALADA DE PEPINO FEIJÃO PRETO COZIDO Ing.: arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, batata inglesa, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, cenoura, colorau, extrato de tomate, cheiro verde - cebolinha, vinagre, pepino, feijão preto, louro em folhas secas.	FEIJÃO CARIOCA COZIDO LARANJA CARNE (ACEM) AO MOLHO COM ABÓBORA Ing.: arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, feijão carioca, louro em folhas secas, laranja, abóbora madura, carne bovina - acém, cebola branca, extrato de tomate, vinagre, cheiro verde - cebolinha.	FEIJÃO CARIOCA COZIDO LARANJA SALADA REPOLHO/BETERRABA RALADA Ing.: arroz branco, alho in natura, carne de frango - coxa e sobrecoxa, cebola branca, cenoura, extrato de tomate, óleo de soja, sal refinado, vinagre, açafrão, cheiro verde - cebolinha, feijão carioca, louro em folhas secas, laranja, beterraba, repolho verde.

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 ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Semana	1864,77	283,81	66,98	53,34	23,43	117,95	181,05	437,09	8,77	300,41	12,21	2967,98
	Média diária	372,95	56,76	13,39	10,66	4,68	23,59	36,21	87,41	1,75	60,08	2,44	593,59

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		4,13	2,62	1,34	2,15	2,22		12,46	2,49		



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



RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 26 - CARDÁPIO 11 - EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL HORÁRIO ESTENDIDO - 2025 VESPERTINO- CEM DR GUILHERME Semana 3 - 15/12/2025 a 19/12/2025

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 3 15:00H	CHÁ MATE MELANCIA BOLO DE CHOCOLATE Ing.: açúcar cristal, chá mate, melancia, farinha de trigo, fermento químico, óleo de soja, leite integral uht, ovos de galinha, achocolatado 800g, cacau em pó 100%, leite pasteurizado.	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO CARNE DE FRANGO AO MOLHO - (COXA) SALADA DE ALFACE E COUVE Ing.: arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, feijão carioca, louro em folhas secas, carne de frango - coxa e sobrecoxa, cebola branca, colorau, extrato de tomate, tomate, vinagre, açafrão, cheiro verde - cebolinha, alface fresca, couve.	BANANA MAÇÃ MACARRÃO AO MOLHO COM CARNE MOÍDA FAROFA DE CENOURA Ing.: banana maçã, alho in natura, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, extrato de tomate, macarrão tipo parafuso, óleo de soja, orégano, sal refinado, tomate, cheiro verde - cebolinha, cenoura, colorau, farinha de mandioca.	ARROZ COM CENOURA CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA SALADA DE BETERRABA COZIDA FEIJÃO PRETO COZIDO MELÃO Ing.: arroz branco, alho in natura, cenoura, óleo de soja, sal refinado, carne bovina - coxão duro, cebola branca, colorau, cheiro verde - cebolinha, beterraba, vinagre, feijão preto, louro em folhas secas, melão.	CARNE (ACEM) AO MOLHO. ARROZ BRANCO PURÊ DE BATATA SALADA DE REPOLHO COM TOMATE Ing.: alho in natura, carne bovina - acém, cebola branca, colorau, extrato de tomate, óleo de soja, sal refinado, tomate, vinagre, cheiro verde - cebolinha, arroz branco, batata inglesa, margarina vegetal, leite integral uht, repolho verde.

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 ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Semana	1853,48	281,6	64,95	54,07	18,34	98,18	77,15	172,12	8,28	260,32	10,45	3110,88
	Média diária	370,69	56,32	12,99	10,81	3,66	19,63	15,43	34,42	1,65	52,06	2,09	622,17

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			2,34	1,46	2,06	2,87	1,83		10,56	2,11	

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

Daniele Carminati Fechio
Nutricionista
CRN1-6737 MT

Larissa Sperandio Mendes de Mendonça
Nutricionista
CRN1- 16921 MT