



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 - VESPERTINO- CEM DR GUILHERME - 2026

Semana 1 - 05/10/2026 a 09/10/2026

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 3	CARNE (MOÍDA) AO MOLHO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	BOLO DE CHOCOLATE	MAÇÃ
15:00H	BANANA MAÇÃ	FEIJÃO CARIOCA COZIDO	LARANJA	SALADA FRUTA	SUCO DE FRUTAS - POLPA
	ARROZ BRANCO	SALADA DE ALFACE COM TOMATE	CARNE (ACEM) AO MOLHO COM MANDIOCA	Ing.: açúcar cristal pct 2kg, farinha de trigo - kg, fermento químico pct 100g, óleo de soja - und, leite integral uht, ovos de galinha - dúzia, achocolatado 750g, cacau em pó 100% pct 200g, leite pasteurizado, banana maçã, laranja, maçã, mamão, melão, manga.	HAMBÚRGUER SAUDÁVEL
	PURÊ DE BATATA	CARNE DE FRANGO ASSADO (COXA)	SALADA DE PEPINO		Ing.: maçã, açúcar cristal pct 2kg, polpa de frutas, alface fresca - und, sal refinado, tomate - kg, pão de leite, queijo tipo mussarela, carne bovina - moída de (patinho).
	FEIJÃO PRETO COZIDO	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 de frango - coxa e sobrecoxa, colorau pct 500g.	FEIJÃO PRETO COZIDO		
	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, banana maçã, arroz branco pct 5kg, batata inglesa, margarina vegetal pote 500g, leite integral uht, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g.		Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, laranja, carne bovina - acém, cebola branca, colorau pct 500g, mandioca descascada - kg, vinagre - frasco 750g, cheiro verde - cebolinha, 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 ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Semana	1871,15	253,89	88,03	57,5	21,27	74,38	130,12	257,58	9,61	277,83	16,06	2819,82
	Média diária	374,23	50,77	17,6	11,5	4,25	14,87	26,02	51,51	1,92	55,56	3,21	563,96

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		3,06	1,54	2,34	1,45	5,72		14,11	2,82



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 - VESPERTINO- CEM DR GUILHERME - 2026

Semana 2 - 12/10/2026 a 16/10/2026

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 3	MAÇÃ	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO	ARROZ BRANCO
15:00H	TORTA SALGADA DE FRANGO	SALADA DE ALFACE E REPOLHO	FEIJÃO CARIOCA COZIDO	LARANJA	CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA
	SUCO DE FRUTAS - POLPA	FEIJÃO PRETO COZIDO	MELANCIA	COUVE REFOGADA	ABÓBORA REFOGADA
	Ing.: maçã, amido de milho pct 500g, cebola branca, cenoura, farinha de trigo - kg, fermento quimico pct 100g, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, leite integral uht, ovos de galinha - duzia, açafrão pct 30g, cheiro verde - cebolinha, carne de frango - filé de peito, açúcar cristal pct 2kg, polpa de frutas.	ISCAS DE CARNE PATINHO - REFOGADO	ABOBRINHA VERDE REFOGADA	FALSA FEIJOADA (SUINA E BOVINA)	SALADA DE PEPINO COM TOMATE
		Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, alface fresca - und, repolho verde - kg, 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.	Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, melancia, abobrinha verde, cebola branca, orégano pct 10g, tomate - kg, cheiro verde - cebolinha, carne de frango - coxa e sobrecoxa, colorau pct 500g, vinagre - frasco 750g.	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.	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, abóbora madura, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, pepino.

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	1801,35	244,5	70,19	61,16	18,08	16,41	109,56	179,82	8,35	255,29	9,99	3128,65
	Média diária	360,27	48,9	14,03	12,23	3,61	3,28	21,91	35,96	1,67	51,05	1,99	625,73

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		2,77	2,11	2,62	2,2	1,94		11,64	2,33



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 - VESPERTINO- CEM DR GUILHERME - 2026 Semana 3 - 19/10/2026 a 23/10/2026

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 3 15:00H	PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA MAÇÃ SUCO DE FRUTAS - POLPA Ing.: alho in natura - kg, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, colorau pct 500g, extrato de tomate 300g, óleo de soja - und, pão francês - kg, sal refinado, cheiro verde - cebolinha, maçã, açúcar cristal pct 2kg, polpa de frutas.	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA MANDIOCA COZIDA 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, mandioca descascada - kg, alface fresca - und, vinagre - frasco 750g, rúcula.	CARNE (MOÍDA) AO MOLHO ARROZ BRANCO SALADA DE ALFACE COM TOMATE FEIJÃO PRETO COZIDO FAROFA DE BANANA DA TERRA 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, alface fresca - und, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g, cenoura, farinha de mandioca - kg, banana da terra.	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO MELÃO FILÉ PEIXE (TILÁPIA) COM BATATA INGLESA Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, melão, batata inglesa, cebola branca, extrato de tomate 300g, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, cheiro verde - cebolinha, filé de peixe tilápia.	BANANA MAÇÃ ARROZ BRANCO SALADA DE REPOLHO COM TOMATE BOBÓ DE GALINHA Ing.: banana maçã, arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, 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 ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Semana	2034,88	306,59	73,3	58,92	23,45	8,8	74,56	140,53	9,52	295,81	11,95	3774,02
	Média diária	406,97	61,31	14,66	11,78	4,69	1,76	14,91	28,1	1,9	59,16	2,39	754,8

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		2,91	2,19	2,41	5,37	2,63		15,51	3,1	



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 - VESPERTINO- CEM DR GUILHERME - 2026

Semana 4 - 26/10/2026 a 30/10/2026

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 3	GALINHADA	ARROZ BRANCO	SOPA DE MACARRÃO (PADRE NOSSO) COM CARNE MOIDA, LENTILHA, CENOURA E BATATA;	ARROZ BRANCO	BOLO DE CHOCOLATE
15:00H	FEIJÃO CARIOCA COZIDO	FEIJÃO CARIOCA COZIDO	MELÃO	FEIJÃO PRETO COZIDO	IOGURTE CASEIRO DE FRUTA
	SALADA DE BETERRABA COZIDA	LARANJA		CARNE (MÚSCULO) AO MOLHO. COM BATATA -	BANANA NANICA
	Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, carne de frango - coxa e sobrecoxa, cebola branca, cenoura, extrato de tomate 300g, óleo de soja - und, sal refinado, vinagre - frasco 750g, açafrão pct 30g, cheiro verde - cebolinha, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, beterraba.	SALADA DE ALFACE COM TOMATE	Ing.: batata inglesa, alho in natura - kg, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, cenoura, óleo de soja - und, sal refinado, tomate - kg, açafrão pct 30g, macarrão padre nosso - 1kg, lentilha pct 500g, cheiro verde - cebolinha, melão.	FAROFA NUTRITIVA	Ing.: açúcar cristal pct 2kg, farinha de trigo - kg, fermento químico pct 100g, óleo de soja - und, leite integral uht, ovos de galinha - dúzia, achocolatado 750g, cacau em pó 100% pct 200g, leite pasteurizado, banana nanica, polpa de frutas, ameixa seca, iogurte natural.
		SELETA - CARNE MOIDA 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, batata inglesa, carne bovina - músculo, 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.	
		Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, feijão carioca - kg, louro em folhas secas - pct 5g, laranja, alface fresca - und, tomate - kg, vinagre - frasco 750g, batata inglesa, abobrinha verde, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, cenoura, colorau pct 500g, 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	1732,84	246,44	72,87	51,73	22,1	60,23	113,95	306,67	9,93	291,36	13,84	2717,07
	Média diária	346,56	49,28	14,57	10,34	4,42	12,04	22,79	61,33	1,98	58,27	2,76	543,41

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		1,37	2,65	2,71	2,27	2,94		11,94	2,39

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