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: 41 - CARDÁPIO 12- EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS- EJA- NOTURNO- CEM DR GUILHERME- 2026 — **Semana 1 - 02/11/2026 a 04/11/2026**

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 4 20:30	CARNE (MOÍDA) AO MOLHO BANANA MAÇÃ ARROZ BRANCO PURÊ DE BATATA 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.	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO SALADA DE ALFACE COM TOMATE CARNE DE FRANGO ASSADO (COXA) 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.	ARROZ BRANCO CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA LARANJA SALADA DE REPOLHO 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, laranja, tomate - kg, repolho verde - kg, vinagre - frasco 750g, 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	1395,93	175,09	62,24	50,35	17,69	35,55	109,28	137,58	7,36	230,47	10,27	2501,15
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Média diária	465,31	58,36	20,74	16,78	5,89	11,85	36,42	45,86	2,45	76,82	3,42	833,71

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	2,69				7,29	2,43

RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 41 - CARDÁPIO 12- EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS- EJA- NOTURNO- CEM DR GUILHERME- 2026 — **Semana 2 - 09/11/2026 a 11/11/2026**

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 4 20:30	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO MELANCIA ABOBRINHA VERDE REFOGADA CARNE DE FRANGO ASSADO (COXA) 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.	ARROZ BRANCO LARANJA SALADA DE BETERRABA COZIDA COUVE REFOGADA FALSA FEIJOADA (SUINA E BOVINA) Ing.: arroz branco pct 5kg, alho in natura - kg, óleo de soja - und, sal refinado, laranja, beterraba, vinagre - frasco 750g, cebola branca, couve - und, carne bovina - coxão duro, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g, carne suina - paleta.	ARROZ BRANCO CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA ABÓBORA REFOGADA SALADA DE PEPINO COM TOMATE 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	1228,52	157,48	50,75	44,31	12,03	11,2	101,2	124,59	5,84	195,74	6,67	2191,37
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Média diária	409,5	52,49	16,91	14,77	4,01	3,73	33,73	41,53	1,94	65,24	2,22	730,45

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		2,62	2,41	1,94				6,97	2,32

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: 41 - CARDÁPIO 12- EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS- EJA- NOTURNO- CEM DR GUILHERME- 2026 — **Semana 3 - 16/11/2026 a 18/11/2026**

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 4 20:30	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 (TILAPIA) 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	Semana	1299,61	194,23	45,76	39,32	16,21	5,7	64,44	98,49	5,73	206,91	7,1	2222,86
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Média diária	433,2	64,74	15,25	13,1	5,4	1,9	21,48	32,83	1,91	68,97	2,36	740,95

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		2,41	5,37	2,63				10,41	3,47

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: 41 - CARDÁPIO 12- EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS- EJA- NOTURNO- CEM DR GUILHERME- 2026 — **Semana 4 - 23/11/2026 a 25/11/2026**

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 4 20:30	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO LARANJA SALADA DE ALFACE COM TOMATE 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, 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.	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.	BANANA MAÇÃ SOPA DE MACARRÃO (PADRE NOSSO) COM CARNE MOIDA,LENTILHA , CENOURA E BATATA; Ing.: banana maçã, 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.		

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	1131,49	160,43	48,98	33,98	17,62	2,8	108,56	112,06	6,94	187,69	10,21	1767
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Média diária	377,16	53,47	16,32	11,32	5,87	0,93	36,18	37,35	2,31	62,56	3,4	589

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		2,65	2,27	2,5				7,42	2,47

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: 41 - CARDÁPIO 12- EDUCAÇÃO JOVENS E ADULTOS- EJA- NOTURNO- CEM DR GUILHERME- 2026 — **Semana 5 - 30/11/2026 a 02/12/2026**

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 4 20:30	ARROZ BRANCO CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA ABÓBORA REFOGADA 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, abóbora madura, tomate - kg, feijão preto - kg, louro em folhas secas - pct 5g.	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO SALADA DE ALFACE COM TOMATE ISCAS DE CARNE PATINHO - 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 - patinho, cebola branca, colorau pct 500g, cheiro verde - cebolinha.	CARNE (MOÍDA) AO MOLHO SALADA DE BETERRABA COZIDA MACARRÃO (ESPAGUETE) AO MOLHO BANANA NANICA 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, beterraba, macarrão tipo espaguete 1 kg, banana nanica.		

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	1129,11	141,13	50,78	40,43	13,25	3,1	20,28	69,26	6,69	170,21	9,83	2209,44
ENSINO FUNDAMENTAL 6 A 10 ANOS	Média diária	376,37	47,04	16,92	13,47	4,41	1,03	6,76	23,08	2,23	56,73	3,27	736,48

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		1,96	2,17	2,64				6,77	2,26

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