



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](mailto:nutricao@edu.juina.mt.gov.br)



## RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 38 - CARDAPIO 12- EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL REGULAR-2025-CEM. PROF. ORLANDO PEREIRA

Semana 1 - 01/12/2025 a 05/12/2025

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 1  09:00H E 15:00H	BANANA MAÇÃ  CHÁ MATE  BOLO MESCLADO  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.	CARNE (ACEM) AO MOLHO.  ARROZ BRANCO  SALADA DE ALFACE COM TOMATE  PURÊ DE BATATA  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, alface fresca, batata inglesa, margarina vegetal, leite integral uht.	LARANJA  SUCO DE FRUTAS - POLPA  TORTA SALGADA DE FRANGO C/ LEGUMES  Ing.: laranja, açúcar cristal, polpa de frutas, amido de milho, cebola branca, cenoura, farinha de trigo, fermento químico, óleo de soja, sal refinado, tomate, leite integral uht, ovos de galinha, carne de frango - peito, cheiro verde - cebolinha.	ARROZ BRANCO  FEIJÃO CARIOCA COZIDO  CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA  SALADA DE REPOLHO COM TOMATE  Ing.: arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, feijão carioca, louro em folhas secas, carne bovina - coxão duro, cebola branca, colorau, cheiro verde - cebolinha, tomate, repolho verde, vinagre.	MAÇÃ  MACARRÃO AO MOLHO COM CARNE MOÍDA  Ing.: 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.

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	1591,51	250,42	54,59	43,55	14,71	97,49	115,84	161,29	6,06	184,53	8,18	2481,8
	Média diária	318,3	50,08	10,91	8,71	2,94	19,49	23,16	32,25	1,21	36,9	1,63	496,36

### 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	1,92	2,56	1,89	2,33		10,87	2,17



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](mailto:nutricao@edu.juina.mt.gov.br)



RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 38 - CARDAPIO 12- EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL REGULAR-2025-CEM. PROF. ORLANDO PEREIRA

Semana 2 - 08/12/2025 a 12/12/2025

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 1  09:00H E 15:00H	LEITE COM ACHOCOLATADO  BOLO DE CHOCOLATE  MELÃO  Ing.: leite integral uht, achocolatado 800g, cacau em pó 100%, leite pasteurizado, açúcar cristal, farinha de trigo, fermento químico, óleo de soja, ovos de galinha, melão.	ARROZ BRANCO  CARNE (ACEM) AO MOLHO COM MANDIOCA  SALADA DE ALFACE E REPOLHO  Ing.: arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, carne bovina - acém, cebola branca, colorau, mandioca descascada, vinagre, cheiro verde - cebolinha, alface fresca, repolho verde.	ARROZ BRANCO  FEIJÃO CARIOCA COZIDO  MELANCIA  ISCAS DE CARNE AO MOLHO - PATINHO  Ing.: arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, feijão carioca, louro em folhas secas, melancia, carne bovina - patinho, cebola branca, colorau, extrato de tomate, tomate, cheiro verde - cebolinha.	ARROZ BRANCO  CARNE (ACEM) AO MOLHO COM ABÓBORA  FEIJÃO PRETO COZIDO  Ing.: arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, abóbora madura, carne bovina - acém, cebola branca, extrato de tomate, vinagre, cheiro verde - cebolinha, feijão preto, louro em folhas secas.	ARROZ BRANCO  FEIJÃO CARIOCA COZIDO  LARANJA  SALADA DE BETERRABA COZIDA  CARNE DE FRANGO ASSADO (COXA)  Ing.: arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, feijão carioca, louro em folhas secas, laranja, beterraba, vinagre, carne de frango - coxa e sobrecoxa, colorau.

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	1767,95	260,5	66,39	51,58	17,13	180,81	109,62	417,25	9,27	289,49	12,1	2954,52
	Média diária	353,59	52,1	13,27	10,31	3,42	36,16	21,92	83,45	1,85	57,89	2,42	590,9

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		4,4	1,42	2,7	1,47	1,99		11,98	2,4



## RELATÓRIO DE CARDÁPIOS

Cardápio: 38 - CARDAPIO 12- EDUCAÇÃO FUNDAMENTAL REGULAR-2025-CEM. PROF. ORLANDO PEREIRA

Semana 3 - 15/12/2025 a 19/12/2025

Horários	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
LANCHE 1  09:00H E 15:00H	BOLO DE FUBÁ  LEITE COM ACHOCOLATADO  MAÇÃ  Ing.: açúcar cristal, farinha de trigo, fermento químico, fubá de milho, óleo de soja, leite integral uht, ovos de galinha, leite pasteurizado, achocolatado 800g, cacau em pó 100%, maçã.	ARROZ BRANCO  SALADA DE REPOLHO COM TOMATE  BOBÓ DE GALINHA  Ing.: arroz branco, alho in natura, óleo de soja, sal refinado, tomate, repolho verde, vinagre, cebola branca, extrato de tomate, mandioca descascada, leite integral uht, carne de frango - peito, açafrão, cheiro verde - cebolinha.	ARROZ BRANCO  FEIJÃO CARIOCA COZIDO  MELANCIA  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, melancia, carne de frango - coxa e sobrecoxa, cebola branca, colorau, extrato de tomate, tomate, vinagre, açafrão, cheiro verde - cebolinha, alface fresca, couve.	SALADA DE REPOLHO COM BETERRABA  ARROZ BRANCO  FEIJÃO CARIOCA COZIDO  CARNE (COXÃO DURO) DE PANELA  Ing.: beterraba, óleo de soja, sal refinado, repolho verde, vinagre, arroz branco, alho in natura, feijão carioca, louro em folhas secas, carne bovina - coxão duro, cebola branca, colorau, cheiro verde - cebolinha.	BANANA MAÇÃ  POLENTA, CARNE MOÍDA AO MOLHO C/ CENOURA  Ing.: banana maçã, alho in natura, carne bovina - moída de 2º, cebola branca, cenoura, colorau, extrato de tomate, fubá de milho, óleo de soja, sal refinado.

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	1748,66	259,64	66,58	51,65	17,82	120,53	59,71	394,94	7,74	287,07	9,48	2734,74
	Média diária	349,73	51,92	13,31	10,33	3,56	24,1	11,94	78,98	1,54	57,41	1,89	546,94

### 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		4,2	1,79	2,42	1,86	1,69		11,96	2,39

Legenda	ENE - Energia	LIP - Lípidos 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