

Cardápio EJA - FEVEREIRO 2026



	02/02/2026 (Segunda-feira)	03/02/2026 (Terça-feira)	04/02/2026 (Quarta-feira)	05/02/2026 (Quinta-feira)	06/02/2026 (Sexta-feira)
LANCHE	FÉRIAS	REUNIÃO PEDAGÓGICA		Café / Suco de uva	Café/Leite com cacau
JANTAR 19H				Biscoito rosquinha de coco	Biscoito maisena
LANCHE DA SAÍDA				Macarrão ao sugo Isca de frango Salada de beterraba ralada Maçã	Arroz com salsa Carne moída com cenoura Salada de repolho com tomate Laranja
				DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	MAÇÃ
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
EJA	Adultos	747	115	38	15

Raquel N. R. C. Neves
CRN-3 35646
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE

Cardápio EJA - FEVEREIRO 2026



	09/02/2026 (Segunda-feira)	10/02/2026 (Terça-feira)	11/02/2026 (Quarta-feira)	12/02/2026 (Quinta-feira)	13/02/2026 (Sexta-feira)
LANCHE	Café / leite com cacau Biscoito rosquinha de coco	Café / Suco de manga Pão de forma com margarina	Café/ Suco de goiaba Torta de legumes	Café / Iogurte de Morango Pão de hot dog com manteiga	Café/Suco de melancia Cuscuz de frango
JANTAR 19H	Arroz, Feijão Ovos mexidos Salada de batata com cenoura Laranja	Macarrão ao alho e óleo Carne moída ao molho Salada de repolho com beterraba ralada Melancia	Risoto de frango com milho, cenoura e salsa Salada de pepino Maçã	Arroz, Feijão Carne em cubos com cebola Salada de alface com tomate Banana	Arroz, Feijão Frango com abóbora Salada de acelga Melão
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	AMEIXA	PERA	GOIABA
*Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
EJA	Adultos	629	83	15	13

Raquel N. R. C. Neves
CRN-3 35646
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE

Cardápio EJA - FEVEREIRO 2026



	16/02/2026 (Segunda-feira)	17/02/2026 (Terça-feira)	18/02/2026 (Quarta-feira)	19/02/2026 (Quinta-feira)	20/02/2026 (sexta-feira)
LANCHE	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	Café/ Leite com cacau	Café/ Suco de manga
JANTAR 19H				Biscoito rosquinha de coco	Pão de forma com requeijão
				Risoto de frango	Arroz, Feijão
				com cenoura, ervilha e salsa	Carne moída com cenoura e chuchu
LANCHE DA SAÍDA	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	PONTO FACULTATIVO	Salada de beterraba cozida	Salada de repolho
				Laranja	Melancia
				DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	MAÇÃ
Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
EJA	Adultos	768	120	36	16

Raquel N. R. O Neves
CRN-3 35646
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE

Cardápio EJA - FEVEREIRO 2026



	23/02/2026 (Segunda-feira)	24/02/2026 (Terça-feira)	25/02/2026 (Quarta-feira)	26/02/2026 (Quinta-feira)	27/02/2026 (sexta-feira)
LANCHE	Café/ Leite com cacau Biscoito Maisena	Café/Suco de melancia Pão hot dog com requeijão	Café/Chá mate gelado Torta de legumes	Café/ Iogurte de morango Pão de forma com manteiga	Café/ *Suco Individual de uva *Bolo com cobertura de brigadeiro
JANTAR 19H	Arroz, Feijão Omelete com tomate e cebola Salada de repolho Laranja	Arroz, Feijão preto Pernil com cebola e pimentão Virado de couve Melão	Arroz, Feijão Peixe com batata Salada de acelga com tomate Maçã	Arroz à grega Escondidinho de carne moída Salada de brócolis e couve flor Salada de frutas	Macarrão ao alho e óleo Frango ao molho Salada de alface Melancia
LANCHE DA SAÍDA	MAÇÃ	DOCE DE BANANA (SEM AÇÚCAR)	CARAMBOLA	PERA	GOIABA
Cardápio sujeito a alterações devido a sazonalidade dos produtos.					

*** Aniversariantes do mês**

Composição nutricional (Média semanal)					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
EJA	Adultos	771	124	37	14

Raquel N. R. O Neves
CRN-3 35646
Nutricionista RT - SAE

Dayanne dos Santos Ribeiro
CRN-3 38266
Nutricionista QT - SAE