



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE
 69612 - EEB ADELAIDE KONDER - Localização: Urbana

Teresa Dias Nunes de Sena

Teresa Dias Nunes de Sena – CRN10 6361 (QT)

Ana Paula F. da Silva

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

INTEGRAL I - Ensino Médio * 16 - 18 anos ABRIL 2026 SEMANA 1

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	/ /	/ /	01/04/26	02/04/26	03/04/26
Manhã			R26.169 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola) e abóbora, arroz, feijão, salada de alface e uma maçã.	LL25.91 Bolo de fubá mesclado com chocolate, suco de uva sem adição de açúcar e uma fatia de mamão.	
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 466,500 CHO - Carboidratos 82,000(g) Pt - Proteínas 13,000(g) Lip - Lipídios 9,500(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 933,000 CHO - Carboidratos 164,000(g) Pt - Proteínas 26,000(g) Lip - Lipídios 19,000(g)					
Almoço			A26.107 Carne de panela em cubos com tomate e ervilha congelada, arroz, feijão, aipim refogado com tempero verde, salada de repolho e uma fatia de mamão.	A26.138 Omelete de cenoura com queijo e orégano (Fortaia), arroz, feijão, salada de rúcula, salada de tomate e uma banana.	
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 613,000 CHO - Carboidratos 102,000(g) Pt - Proteínas 28,500(g) Lip - Lipídios 9,500(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1226,000 CHO - Carboidratos 204,000(g) Pt - Proteínas 57,000(g) Lip - Lipídios 19,000(g)					



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE
 69612 - EEB ADELAIDE KONDER - Localização: Urbana

Teresa Dias Nunes de Sena

Teresa Dias Nunes de Sena – CRN10 6361 (QT)

Ana Paula F. da Silva

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

INTEGRAL I -

Ensino Médio

*

16 - 18 anos

ABRIL 2026 SEMANA 1

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	/ /	/ /	01/04/26	02/04/26	03/04/26
Tarde			LL23.200 Salada de frutas (laranja, banana e maçã), aveia* e iogurte natural batido com mel e biscoito caseiro sem gordura trans. *servir separadamente	R26.261 Macarronada de frango (macarrão parafuso com frango desfiado ensopado com molho de tomate), salada de acelga picada, salada de beterraba ralada e uma laranja.	
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 489,500 CHO - Carboidratos 80,000(g) Pt - Proteínas 17,000(g) Lip - Lipídios 12,000(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 979,000 CHO - Carboidratos 160,000(g) Pt - Proteínas 34,000(g) Lip - Lipídios 24,000(g)					
Noturno			R26.169 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola) e abóbora, arroz, feijão, salada de alface e uma maçã.	R26.312 Filé de tilápia assado (temperado com limão, alho, cebola, e tempero verde), arroz, feijão, salada de batata com cenoura e tempero verde e uma fatia de mamão.	
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 474,000 CHO - Carboidratos 78,000 (g) Pt - Proteínas 24,000(g) Lip - Lipídios 6,500(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 948,000 CHO - Carboidratos 156,000(g) Pt - Proteínas 48,000(g) Lip - Lipídios 13,000(g)					



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE
 69612 - EEB ADELAIDE KONDER - Localização: Urbana

Teresa Dias Nunes de Sena

Teresa Dias Nunes de Sena – CRN10 6361 (QT)

Ana Paula F. da Silva

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	06/04/26	07/04/26	08/04/26	09/04/26	10/04/26
Manhã	LL24.765 Leite com café, açúcar, biscoito caseiro sem gordura trans e uma laranja.	R26.114 Arroz colorido com frango (arroz parboilizado, peito de frango desfiado, vagem e milho verde congelado), feijão, salada de repolho com fatias de tomate e uma maçã.	LL26.116 Pão massinha com manteiga e um fatia de queijo, suco de uva sem adição de açúcar e uma fatia de mamão.	R26.397 Frango em cubos acebolado, arroz, feijão, batata doce refogada, salada de acelga e uma banana.	LL25.90 Bolo de chocolate, leite com café, açúcar e uma pera.
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 510,600 CHO - Carboidratos 75,400(g) Pt - Proteínas 16,800(g) Lip - Lipídios 10,600(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1021,200 CHO - Carboidratos 150,800(g) Pt - Proteínas 33,600(g) Lip - Lipídios 21,200(g)					
Almoço	A26.287 Macarronada de carne suína (macarrão parafuso com molho de tomate (feito na escola)), carne suína em cubos acebolada, salada de acelga, salada de beterraba cozida e uma maçã.	A26.445 Feijoada de carne bovina com legumes (feijão preto com carne bovina, batata doce e abóbora em cubos), arroz parboilizado, farofa de cenoura, salada de alface e uma laranja.	A26.183 Frango (coxa e sobrecoxa sem osso) ensopado com aipim e tomate, arroz, feijão, salada de rúcula, salada de abobrinha e um caqui.	A26.781 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola), feijão, chuchu refogado com tempero verde, salada de pepino e uma pera.	A26.129 Frango em cubos ensopado com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, polenta, salada de chicória e uma fatia de mamão.
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 597,400 CHO - Carboidratos 101,200(g) Pt - Proteínas 27,400(g) Lip - Lipídios 8,400(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1194,800 CHO - Carboidratos 202,400(g) Pt - Proteínas 54,800(g) Lip - Lipídios 16,800(g)					



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE
 69612 - EEB ADELAIDE KONDER - Localização: Urbana

Teresa Dias Nunes de Sena

Teresa Dias Nunes de Sena – CRN10 6361 (QT)

Ana Paula F. da Silva

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

INTEGRAL I -

Ensino Médio

*

16 - 18 anos

ABRIL 2026 SEMANA 2

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	06/04/26	07/04/26	08/04/26	09/04/26	10/04/26
Tarde	R26.324 Frango em iscas refogado com ervilha congelada, tomate, cebola e tempero verde, arroz, feijão, abobrinha refogada, salada de pepino e uma fatia de abacaxi.	LL24.36 Sanduíche de queijo (duas fatias de pão integral, manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatia e alface), suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana.	R26.176 Carne bovina moída refogada com tomate e cenoura em cubos, arroz, feijão, salada de batata com abobrinha em cubos e uma maçã.	LL26.219 Cuca de uva sem semente com aveia e canela, leite com chocolate gelado, açúcar e uma fatia de mamão.	R26.59 Carne bovina em iscas refogada com tomate, arroz, feijão, purê de batata, salada de alface e uma laranja.
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 540,200 CHO - Carboidratos 81,800(g) Pt - Proteínas 23,600(g) Lip - Lipídios 12,200(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1080,400 CHO - Carboidratos 163,600(g) Pt - Proteínas 47,200(g) Lip - Lipídios 24,400(g)					
Noturno	R26.361 Carne bovina em cubos ensopado com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, cenoura refogada, salada de alface e uma laranja.	R26.114 Arroz colorido com frango (arroz parboilizado, peito de frango desfiado, vagem e milho verde congelado), feijão, salada de repolho com fatias de tomate e uma maçã.	R26.318 Polenta, molho de carne bovina moída (carne moída com molho de tomate feito na escola), arroz, feijão, salada de pepino e uma fatia de mamão.	R26.397 Frango em cubos acebolado, arroz feijão, batata doce refogada, salada de acelga e uma banana.	R26.119 Carne bovina em iscas acebolada, arroz, feijão, abóbora refogada, salada de beterraba crua ralada e um caqui.
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 555,000 CHO - Carboidratos 89,000 (g) Pt - Proteínas 29,800(g) Lip - Lipídios 8,200(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1110,000 CHO - Carboidratos 178,000(g) Pt - Proteínas 59,600(g) Lip - Lipídios 16,400(g)					



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE
 69612 - EEB ADELAIDE KONDER - Localização: Urbana

Teresa Dias Nunes de Sena

Teresa Dias Nunes de Sena – CRN10 6361 (QT)

Ana Paula F. da Silva

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	13/04/26	14/04/26	15/04/26	16/04/26	17/04/26
Manhã	R24.56 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola), abobrinha refogada, salada de repolho e uma maçã.	LL24.150 Bolo de fubá, leite com café, açúcar e uma laranja.	R26.582 Carne bovina em cubos refogada, arroz, feijão, purê de batata doce com abóbora, salada de beterraba ralada e uma pera.	R26.15 Frango em iscas refogado com cebola e tomate, arroz, feijão, cenoura refogada, salada de rúcula e uma fatia de mamão.	LL23.67 Pão massinha com carne moída ensopada com molho de tomate (feito na escola), alface, tomate, suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana.
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 477,200 CHO - Carboidratos 76,800(g) Pt - Proteínas 21,800(g) Lip - Lipídios 10,000(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 954,400 CHO - Carboidratos 153,600(g) Pt - Proteínas 43,600(g) Lip - Lipídios 20,000(g)					
Almoço	A26.169 Estrogonofe de peito de frango em iscas com molho branco (feito na escola), arroz integral, batata inglesa assada, salada de alface e uma laranja.	A26.180 Polenta com molho de carne moída (carne bovina moída e molho de tomate feito na escola), arroz, feijão, salada de repolho, salada de vagem e uma maçã.	A26.134 Frango (coxa e sobrecoxa sem osso) ensopado com ervilha congelada e tomate, arroz, feijão, salada bicolor (repolho roxo e branco) e uma fatia de mamão.	A26.158 Macarronada de carne moída (macarrão penne com carne bovina moída ensopado com molho de tomate (feito na escola)), salada de chicória, salada de chuchu e um caqui.	A26.43 Frango em cubos acebolado, arroz, feijão, legumes refogados (berinjela, abobrinha e tomate), salada de rúcula e uma fatia de abacaxi.
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 560,800 CHO - Carboidratos 91,600(g) Pt - Proteínas 27,400(g) Lip - Lipídios 11,600(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1121,600 CHO - Carboidratos 183,200(g) Pt - Proteínas 54,800(g) Lip - Lipídios 23,200(g)					



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE
 69612 - EEB ADELAIDE KONDER - Localização: Urbana

Teresa Dias Nunes de Sena – CRN10 6361 (QT)

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

INTEGRAL I - Ensino Médio *

16 - 18 anos

ABRIL 2026 SEMANA 3

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	13/04/26	14/04/26	15/04/26	16/04/26	17/04/26
Tarde	LL25.228 Torta de carne* (com carne moída, tomate, ervilha congelada, cebola e tempero verde), suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana. *massa com leite	R26.01 Arroz colorido de frango (arroz integral, peito de frango desfiado, milho verde congelado, cenoura, cebola e tempero verde), feijão, salada de beterraba em cubos e uma fatia de abacaxi.	LL25.247 Cuca de banana com aveia e canela, leite com café, açúcar e uma maçã.	LL26.781 Bolo salgado de frango com legumes* (frango, tomate, espinafre, cebola e tempero verde), suco de uva integral sem adição de açúcar e uma laranja. *massa com leite	R26.267 Omelete de tomate com queijo e orégano (Fortaia), arroz, feijão vermelho, salada de alface e uma fatia de mamão.
<p>UMA REFEIÇÃO</p> <p>Macronutrientes: Kcal - Calorias 528,800 CHO - Carboidratos 77,600(g) Pt - Proteínas 16,800(g) Lip - Lipídios 13,800(g)</p>					
<p>DUAS REFEIÇÕES</p> <p>Macronutrientes: Kcal - Calorias 1057,600 CHO - Carboidratos 155,200(g) Pt - Proteínas 33,600(g) Lip - Lipídios 27,600(g)</p>					
Noturno	R24.56 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola), abobrinha refogada, salada de repolho e uma maçã.	R26.945 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de acelga e uma laranja.	R26.582 Carne bovina em cubos refogada, arroz, feijão, purê de batata doce com abóbora, salada de beterraba ralada e uma pera.	R26.15 Frango em iscas refogado com cebola e tomate, arroz, feijão, cenoura refogada, salada de rúcula e uma fatia de mamão.	R26.321 Carne suína em cubos acebolada, arroz, feijão, farofa de couve, salada de chuchu e uma banana.
<p>UMA REFEIÇÃO</p> <p>Macronutrientes: Kcal - Calorias 510,400 CHO - Carboidratos 81,200 (g) Pt - Proteínas 26,600(g) Lip - Lipídios 8,000(g)</p>					
<p>DUAS REFEIÇÕES</p> <p>Macronutrientes: Kcal - Calorias 1020,800 CHO - Carboidratos 162,400(g) Pt - Proteínas 53,200(g) Lip - Lipídios 16,000(g)</p>					



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE
 69612 - EEB ADELAIDE KONDER - Localização: Urbana

Teresa Dias Nunes de Sena

Teresa Dias Nunes de Sena – CRN10 6361 (QT)

Ana Paula F. da Silva

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	20/04/26	21/04/26	22/04/26	23/04/26	24/04/26
Manhã	R25.321 Frango em iscas refogado com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, farofa de abobrinha, salada de alface e uma laranja.	LL25.286 Bolo de chocolate, leite com café, açúcar e uma banana.	LL26.87 Salada de frutas (laranja, maçã e melão), aveia*, iogurte de mel (iogurte natural batido com mel) e biscoito caseiro sem gordura trans. *servir separadamente	R25.88 Carne bovina em iscas acebolada, arroz, feijão, abóbora refogada, salada de beterraba cozida e uma fatia de mamão.	LL25.382 Pão massinha com peito de frango desfiado ao molho de tomate (feito na escola), alface, tomate em fatia, suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana.
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 506,200 CHO - Carboidratos 80,800(g) Pt - Proteínas 20,600(g) Lip - Lipídios 10,600(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1012,400 CHO - Carboidratos 161,600(g) Pt - Proteínas 41,200(g) Lip - Lipídios 21,200(g)					
Almoço	A26.114 Arroz colorido com carne moída (arroz integral, carne bovina moída, milho verde congelado e abobrinha em cubos), feijão, salada de repolho e uma maçã.	A26.112 Carne de panela em cubos com tomate e batata, arroz, feijão, abóbora refogada com tempero verde, salada de alface e uma fatia de melão.	A26.272 Macarronada de frango (macarrão parafuso, frango desfiado ensopado com molho de tomate (feito na escola)), salada de acelga, salada de pepino e uma laranja.	A26.945 Filé de Tilápia (temperado com limão, alho, cebola e tempero verde) ensopado com molho de tomate (feito na escola), arroz integral, feijão, batata assada, salada de rúcula, salada de chuchu com vagem e uma banana	A26.65 Carne suína em iscas acebolada, arroz, feijão, farofa de couve, salada de chicória, salada de beterraba crua ralada e uma caqui.
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 579,200 CHO - Carboidratos 97,400(g) Pt - Proteínas 29,200(g) Lip - Lipídios 7,800(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1158,400 CHO - Carboidratos 194,800(g) Pt - Proteínas 58,400(g) Lip - Lipídios 15,600(g)					



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE
 69612 - EEB ADELAIDE KONDER - Localização: Urbana

Teresa Dias Nunes de Sena

Teresa Dias Nunes de Sena – CRN10 6361 (QT)

Ana Paula F. da Silva

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

INTEGRAL I - Ensino Médio

*

16 - 18 anos

ABRIL 2026 SEMANA 4

	Segunda-Feira 20/04/26	Terça-Feira 21/04/26	Quarta-Feira 22/04/26	Quinta-Feira 23/04/26	Sexta-Feira 24/04/26
Tarde	LL25.164 Bolo pão de mel (50% farinha de trigo integral), suco de uva integral sem adição de açúcar e uma fatia de melancia.	R24.52 Frango (Coxa e Sobrecoxa) ensopado com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de beterraba crua ralada e acelga picada e uma maçã.	R26.80 Carne de panela com batata (carne bovina em cubos, tomate, cebola e batata doce), arroz, feijão, salada de repolho e uma fatia de melão.	LL26.114 Pão doce liso com manteiga e uma fatia de queijo, leite com café, açúcar e uma maçã.	R26.165 Carne bovina em iscas com tomate em cubos, arroz, feijão, salada de couve, salada de abóbora com tempero verde e uma fatia de mamão.
<p>UMA REFEIÇÃO</p> <p>Macronutrientes: Kcal - Calorias 493,600 CHO - Carboidratos 76,600(g) Pt - Proteínas 20,600(g) Lip - Lipídios 10,200(g)</p>					
<p>DUAS REFEIÇÕES</p> <p>Macronutrientes: Kcal - Calorias 987,200 CHO - Carboidratos 153,200(g) Pt - Proteínas 41,200(g) Lip - Lipídios 20,400(g)</p>					
Noturno	R25.321 Frango em iscas refogado com molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, farofa de abobrinha, salada de alface e uma laranja.	R26.181 Polenta com molho de carne moída (carne bovina moída e molho de tomate feito na escola), arroz, feijão, salada de repolho e uma banana.	R25.469 Omelete de cenoura com queijo e orégano (Fortaia), arroz, feijão, salada de chuchu e uma maçã.	R25.88 Carne bovina em iscas acebolada, arroz, feijão, abóbora refogada, salada de beterraba cozida e uma fatia de mamão.	LL25.382 Pão massinha com peito de frango desfiado ao molho de tomate (feito na escola), alface, tomate em fatia, suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana.
<p>UMA REFEIÇÃO</p> <p>Macronutrientes: Kcal - Calorias 536,400 CHO - Carboidratos 91,400 (g) Pt - Proteínas 26,600(g) Lip - Lipídios 9,600(g)</p>					
<p>DUAS REFEIÇÕES</p> <p>Macronutrientes: Kcal - Calorias 1072,800 CHO - Carboidratos 182,800(g) Pt - Proteínas 53,200(g) Lip - Lipídios 19,200(g)</p>					



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE
 69612 - EEB ADELAIDE KONDER - Localização: Urbana

Teresa Dias Nunes de Sena

Teresa Dias Nunes de Sena – CRN10 6361 (QT)

Ana Paula F. da Silva

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	27/04/26	28/04/26	29/04/26	30/04/26	/ /
Manhã	R26.775 Macarronada de carne moída (macarrão parafuso, carne bovina moída, cenoura ralada ensopada com molho de tomate (feito na escola)), salada de repolho, salada de chuchu e uma maçã.	LL26.898 Sanduíche de queijo (duas fatias de pão integral, manteiga, uma fatia de queijo muçarela, tomate em fatias e alface), leite com café, açúcar e uma fatia de melão.	R26.49 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura ralada e molho de tomate (feito na escola)), abobrinha refogada, salada de repolho e um caqui.	R24.177 Carne bovina em cubos ensopado com aipim e molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de alface e uma fatia de mamão.	
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 445,250 CHO - Carboidratos 67,250(g) Pt - Proteínas 21,750(g) Lip - Lipídios 11,500(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 890,500 CHO - Carboidratos 134,500(g) Pt - Proteínas 43,500(g) Lip - Lipídios 23,000(g)					
Almoço	A26.100 Omelete de forno com cenoura e queijo, arroz, feijão, salada de acelga, salada de vagem e uma laranja.	A26.211 Polenta, molho de frango (frango desfiado e molho de tomate (feito na escola)), arroz, feijão, salada de chicória, salada de pepino e uma maçã.	A26.188 Carne bovina em iscas acebolada, arroz, feijão, farofa de couve, salada de alface, salada de beterraba cozida e uma fatia de mamão.	A26.35 Filé de tilápia refogado com tomate e cebola, arroz, feijão, batata assada, salada de repolho bicolor (repolho roxo e repolho branco) e uma pera.	
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 609,500 CHO - Carboidratos 100,500(g) Pt - Proteínas 31,500(g) Lip - Lipídios 9,000(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1219,000 CHO - Carboidratos 201,000(g) Pt - Proteínas 63,000(g) Lip - Lipídios 18,000(g)					



SECRETARIA DE ESTADO DE EDUCAÇÃO
 DIRETORIA DE ENSINO
 GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR - GEADE
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE
 69612 - EEB ADELAIDE KONDER - Localização: Urbana

Teresa Dias Nunes de Sena

Teresa Dias Nunes de Sena – CRN10 6361 (QT)

Ana Paula F. da Silva

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

INTEGRAL I -

Ensino Médio

*

16 - 18 anos

ABRIL 2026 SEMANA 5

	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	27/04/26	28/04/26	29/04/26	30/04/26	/ /
Tarde	LL25.75 Bolo salgado de legumes* (cenoura, tomate, milho verde congelado, cebola e tempero verde), suco de uva integral sem adição de açúcar e uma banana. *massa com leite	R26.173 Carne bovina moída refogada com tomate e abóbora em cubos, arroz, feijão, salada de batata com abobrinha em cubos e uma fatia de abacaxi.	LL25.61 Bolo de maçã (50% farinha de trigo integral), leite com café, açúcar e uma banana.	LL26.52 Pão massinha com ovos mexidos, suco de uva integral sem adição de açúcar e uma laranja.	
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 526,500 CHO - Carboidratos 82,750(g) Pt - Proteínas 15,500(g) Lip - Lipídios 13,750(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 1053,000 CHO - Carboidratos 165,500(g) Pt - Proteínas 31,000(g) Lip - Lipídios 27,500(g)					
Noturno	R26.775 Macarronada de carne moída (macarrão parafuso, carne bovina moída, cenoura ralada ensopada com molho de tomate (feito na escola)), salada de repolho, salada de chuchu e uma maçã.	R26.259 Feijoada de carne suína com legumes (feijão com carne suína em cubos, batata doce e abóbora em cubos), arroz, farofa de abobrinha e uma laranja.	R26.49 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura ralada e molho de tomate (feito na escola)), abobrinha refogada, salada de repolho e um caqui.	R24.177 Carne bovina em cubos ensopado com aipim e molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de alface e uma fatia de mamão.	
UMA REFEIÇÃO Macronutrientes: Kcal - Calorias 470,000 CHO - Carboidratos 78,250 (g) Pt - Proteínas 23,500(g) Lip - Lipídios 9,500(g)					
DUAS REFEIÇÕES Macronutrientes: Kcal - Calorias 940,000 CHO - Carboidratos 156,500(g) Pt - Proteínas 47,000(g) Lip - Lipídios 19,000(g)					