



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO PARCIAL: EJA

Julho 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		29/06	30/06	01/07	02/07	03/07
<b>TURNO NOITE</b>  Kcal: 624,14 Ptn: 35,36g Lip: 14,11g Cho: 90,42g	<b>JANTA 20h30</b>	Arroz parboilizado Lentilha Moranga da Ana Bauer* Ovo picado Alface e brócolis Bergamota	Polenta cremosa Feijão preto Carne moída bovina Repolho verde ralado Laranja de umbigo	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata Peixe assado Alface e tomate Maçã	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Mix de cenoura e repolho verde ralados Banana e caqui	Massa espaguete com carne moída de frango Feijão preto Beterraba ralada e chuchu cozido Mamão

Julho 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		06/07	07/07	08/07	09/07	10/07
<b>TURNO NOITE</b>  Kcal: 658,33 Ptn: 35,97g Lip: 13,6g Cho: 98,82g	<b>JANTA 20h30</b>	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata Omelete de forno Mix de cenoura e repolho verde ralados Suco de laranja Banana	Mix de massa parafuso (normal + tricolor + integral) Feijão preto Coxa e sobrecoxa assada Abobrinha refogada e tomate picado Bergamota	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão carioca Alface e chuchu cozido Maçã	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída de frango ao molho vermelho Couve-flor Laranja de umbigo	Arroz parboilizado Feijão vermelho Aipim cozido Picadinho de carne (cubos suíno) com molho Brócolis e tomate Banana

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).  
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTAS QTs Jaqueline Menti Boff / Lisângela Aparecida de Vargas  
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

**CARDÁPIO TURNO PARCIAL: EJA**

Julho 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		13/07	14/07	15/07	16/07	17/07
<b>TURNNO NOITE</b>	<b>JANTA 20h30</b>	Arroz parboilizado Lentilha Batata doce assada Ovo picado Alface e chuchu Bergamota	Arroz da Mário* (parboilizado + integral) Feijão preto Carne moída de frango Abobrinha Mamão	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão vermelho Mix de cenoura e repolho verde ralados Laranja de umbigo	Arroz parboilizado Feijoada (com cubos suínos) Aipim cozido Couve refogada e tomate picado Maçã	Sopão de frango (peito) + legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata doce) + cabelinho de anjo Banana
Kcal: 611,57 Ptn: 36,2g Lip: 10,85g Cho: 92,73g						

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).  
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTAS QTs Jaqueline Menti Boff / Lisângela Aparecida de Vargas  
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085

## RECEITAS DO MÊS

<https://youtube.com/@setordenutricaoosmecapaodac9437>

## ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

Para estudantes com necessidade de alimentação especial, o Setor de Nutrição deve ser informado via 1doc com o laudo da doença (diabetes, hipertensão, intolerância à lactose, alergia ao leite, etc) e demais informações necessárias para formular as adaptações no cardápio após combinações com a família/responsável do estudante. Além disso, temos o material “Necessidades Alimentares Especiais - caderno de referência para escolas municipais de Capão da Canoa”, um guia para que a comunidade escolar conheça e entenda sobre o assunto.