


**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO**

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Frango ao creme de milho Arroz e feijão Salada de beterraba Melancia	Pão hot dog com queijo minas Vitamina de morango Abacaxi	Carne bovina desfiada Arroz e feijão Ensopadinho de inhame Salada de alface e tomate
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 619,36 Kcal	PTN 20g 17% do VET	LIP 14g 28% do VET	CHO 64g 56% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	Macarrão à bolonhesa Feijão Salada de repolho	Quibe assado Suco de cajá	Sobrecoxa assada Purê de aipim Arroz e feijão Banana	Pão caseiro com manteiga Iogurte de morango Laranja	Carne bovina em cubos ensopada com abobrinha Arroz e feijão Salada de pepino e tomate
Composição nutricional (Média semanal)	Energia 823,79 Kcal	PTN 34g 17% do VET	LIP 23g 25% do VET	CHO 122g 59% do VET	



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO**

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30min	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Pão hot dog com carne moída Suco de acerola	Pernil suíno acebolado Arroz e feijão Salada de legumes (batata, cenoura, chuchu e milho)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia 664,31 Kcal	PTN 23g 13% do VET	LIP 23g 32% do VET	CHO 90g 56% do VET	



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	Carne moída com chuchu Arroz e feijão Salada de cenoura ralada Maçã	Pão de batata com frango desfiado Suco de maracujá	Frango ensopado Arroz e feijão Polenta Abobrinha refogada com tomate	Salada de frutas com iogurte de morango (banana, maçã e mamão) Bolo simples	Torta de peixe gratinada Arroz e feijão Salada de alface e tomate
Composição nutricional (Média semanal)	Energia 643,31 Kcal	PTN 29g 17% do VET	LIP 18g 25% do VET	CHO 92g 59% do VET	



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

Orientações A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.

adicionais: As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.

Legenda:

VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lipídeo
CHO	Carboidrato

**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO- SEM FORNO**

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Frango ao creme de milho Arroz e feijão Salada de beterraba Melancia	Pão hot dog com queijo minas Vitamina de morango Abacaxi	Carne bovina desfiada Arroz e feijão Ensopadinho de inhame Salada de alface e tomate
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 760,75 Kcal	PTN 23g 16% do VET	LIP 107g 28% do VET	CHO 97g 56% do VET



**Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444**

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	Macarrão à bolonhesa Feijão Salada de repolho	Pão hot dog com manteiga Iogurte de morango	Sobrecoxa ensopada Purê de aipim Arroz e feijão Banana	Pão hot dog com ovos mexidos Suco de cajá Laranja	Carne bovina em cubos ensopada com abobrinha Arroz e feijão Salada de pepino e tomate
Composição nutricional (Média semanal)	Energia 742,69 Kcal	PTN 30g 15% do VET	LIP 22g 28% do VET	CHO 106g 56% do VET	



Lorena Ramos dos Santos Lima

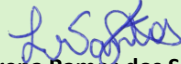
Nutricionista - CRN4 18100444

**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO- SEM FORNO**

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30min	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Pão hot dog com carne moída Suco de acerola	Pernil suíno acebolado Arroz e feijão Salada de legumes (batata, cenoura, chuchu e milho)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia 698,56 Kcal	PTN 29g 16% do VET	LIP 27g 36% do VET	CHO 84g 47% do VET	



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	Carne moída com chuchu	Pão de batata com frango desfiado	Frango ensopado	Salada de frutas com iogurte de morango (banana, maçã e mamão)	Peixe ao molho branco
	Arroz e feijão	Suco de maracujá	Arroz e feijão	Mel	Arroz e feijão
	Salada de cenoura ralada		Polenta	Pão hot dog com requeijão	Salada de alface e tomate
	Melancia		Abobrinha refogada com tomate		
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 662,28 Kcal	PTN 29g 17% do VET	LIP 18g 25% do VET	CHO 97g 60% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

As preparações adicionais poderão ser antecipadas devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.
As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.

Legenda:

VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lípido
CHO	Carboidrato


**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO PARCIAL DIURNO (SEM FORNO)- ARNULPHO MATTOS

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Carne bovina em cubos com tomate Ensopadinho de inhame Arroz e feijão Banana	Pão hot dog com queijo minas Vitamina de morango Abacaxi	Sobrecoxa ensopada Farofa de cebola Arroz e feijão Suco de goiaba



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO (SEM FORNO)- ARNULPHO MATTOS

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	Frango em isca acebolada Arroz e feijão Salada de pepino	Pão de batata com molho de frango Suco de goiaba Maçã	Sobrecoxa ensopada Batata sauté Arroz e feijão Salada de repolho misto	Sanduíche natural (pão de forma, frango desfiado, cenoura e alface e tomate) Suco de manga Melancia	Frango em cubos ensopado Arroz e feijão Abobrinha ao molho de tomate


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444


SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO PARCIAL DIURNO (SEM FORNO)- ARNULPHO MATTOS

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30min	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Pão de batata com molho de frango Suco de acerola	Frango em cubos ensopado Polenta Arroz e feijão Couve refogada



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO (SEM FORNO)- ARNULPHO MATTOS

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	Carne bovina desfiada	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata)	Pernil acebolado	Pão de batata com molho de frango desfiado	Peixe ao molho branco
	Ensopadinho de chuchu	Suco de acerola	Arroz e feijão	Suco de goiaba	Arroz e feijão
	Arroz e feijão		Purê de abóbora	Banana	Salada de alface e tomate
			Suco de caju		


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

ntações adicio A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.
As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.

Legenda:


VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lipídeo
CHO	Carboidrato

**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL NOTURNO**

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
Lanche/	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Sobrecoxa assada	Carne bovina desfiada	Frango ao creme de milho
Almoço			Purê de aipim	Arroz e feijão	Arroz e feijão
9h30 min			Arroz e feijão	Suco de morango	Salada de alface e tomate
			Banana	Abacaxi	
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 790,38 Kcal	PTN 36g 17% do VET	LPD 22g 26% do VET	CHO 111g 57% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO PARCIAL NOTURNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
Lanche/	Macarrão à bolonhesa	Omelete de forno com cenoura e queijo	Pernil suíno acebolado	Sobrecoxa assada	Carne bovina em cubos ensopada com abobrinha
Almoço	Feijão	Farofa de cebola	Arroz e feijão	Purê de aipim	Arroz e feijão
9h30 min	Salada de repolho	Arroz e feijão Salada de tomate	Salada de pepino Banana	Arroz e feijão	Salada de beterraba Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 884,91 Kcal	PTN 36g 17% do VET	LPD 23g 23% do VET	CHO 131g 59% do VET


 Lorena Ramos dos Santos Lima

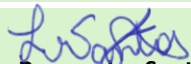
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL NOTURNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Pernil suíno acebolado Arroz e feijão Ensopadinho de inhame	Isca de frango acebolada Arroz e feijão Salada de legumes (batata, cenoura, chuchu e milho)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia 766,11 Kcal	PTN 36g 19% do VET	LPD 20g 24% do VET	CHO 106g 55% do VET	



 Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL NOTURNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
Lanche/	Carne moída com chuchu	Frango em cubos ensopado	Pernil suíno acebolado	Ovos mexidos	Torta de peixe gratinada
Almoço	Batata sauté	Arroz e feijão	Farofa de banana	Arroz e feijão	Arroz e feijão
9h30 min	Arroz e feijão	Salada de couve e tomate	Arroz e feijão Suco de maracujá	Purê de abóbora Maçã	Salada de alface Mamão
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 911,70 Kcal	PTN 39g 16% do VET	LPD 25g 25% do VET	CHO 130g 57% do VET


 Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

Orientações A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.
adicionais: As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.

Legenda:


VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lípídeo
CHO	Carboidrato

**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL NOTURNO- SEM FORNO**

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
Lanche/	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Sobrecoxa ensopada	Carne bovina em cubos ensopada	Frango ao creme de milho
Almoço			Purê de aipim	Arroz e feijão	Arroz e feijão
9h30 min			Arroz e feijão	Suco de morango	Salada de alface e tomate
			Banana	Abacaxi	
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 798,82 Kcal	PTN 38g 19% do VET	LPD 23g 26% do VET	CHO 111g 55% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO


PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO PARCIAL NOTURNO- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
Lanche/	Macarrão à bolonhesa	Ovos mexidos	Pernil suíno acebolado	Sobrecoxa ensopada	Carne bovina em cubos ensopada com abobrinha
Almoço	Feijão	Farofa de cebola	Arroz e feijão	Purê de aipim	Arroz e feijão
9h30 min	Salada de repolho	Arroz e feijão Salada de tomate	Salada de pepino Banana	Arroz e feijão	Salada de beterraba Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 892,82 Kcal	PTN 37g 16% do VET	LPD 24g 24% do VET	CHO 129g 58% do VET

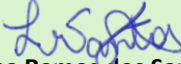

 Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL NOTURNO- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Pernil suíno acebolado Arroz e feijão Ensopadinho de inhame	Isca de frango acebolada Arroz e feijão Salada de legumes (batata, cenoura, chuchu e milho)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia 766,11 Kcal	PTN 36g 19% do VET	LPD 20g 24% do VET	CHO 106g 55% do VET	


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL NOTURNO- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
Lanche/	Carne moída com chuchu	Frango em cubos ensopado	Pernil suíno acebolado	Ovos mexidos	Peixe ao molho branco
Almoço	Batata sauté	Arroz e feijão	Farofa de banana	Arroz e feijão	Arroz e feijão
9h30 min	Arroz e feijão	Salada de couve e tomate	Arroz e feijão Suco de maracujá	Purê de abóbora Maçã	Salada de alface Mamão
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 915,32Kcal	PTN 39g 16% do VET	LPD 25g 25% do VET	CHO 129g 56% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

Orientações A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.
adicionais: As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.

Legenda:


VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lípídeo
CHO	Carboidrato

**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL NOTURNO- INDÍGENA NOTURNO**

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
Lanche/			Sobrecoxa assada	Carne bovina em cubos ensopada com abobrinha	Frango ao creme de milho
Almoço	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Purê de aipim	Arroz e feijão	Arroz e feijão
9h30 min			Arroz e feijão	Suco de morango	Salada de beterraba
			Banana	Abacaxi	
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 798,82 Kcal	PTN 38g 19% do VET	LPD 23g 26% do VET	CHO 111g 55% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL NOTURNO- INDÍGENA NOTURNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
Lanche/	Macarrão à bolonhesa	Omelete de forno com cenoura e queijo	Pernil suíno acebolado	Sobrecoxa assada	Carne bovina em cubos ensopada com abobrinha
Almoço	Feijão	Farofa de cenoura	Arroz e feijão	Purê de aipim	Arroz e feijão
9h30 min	Salada de tomate	Arroz e feijão	Salada de pepino	Arroz e feijão	Salada de beterraba
		Salada de tomate	Banana		Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 892,82 Kcal	PTN 37g 16% do VET	LPD 24g 24% do VET	CHO 129g 58% do VET



 Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL NOTURNO- INDÍGENA NOTURNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
Lanche/ Almoço 9h30 min	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Pernil suíno acebolado Arroz e feijão Ensopadinho de inhame	Isca de frango acebolada Arroz e feijão Salada de legumes (batata, cenoura, chuchu e milho)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia 770,19 Kcal	PTN 37g 19% do VET	LPD 19g 23% do VET	CHO 111g 56% do VET	


 Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL NOTURNO- INDÍGENA NOTURNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
Lanche/	Carne moída com chuchu	Frango em cubos ensopado	Pernil suíno acebolado	Ovos mexidos	Moqueca de peixe
Almoço	Batata sauté	Arroz e feijão	Farofa de banana	Arroz e feijão	Arroz e feijão
9h30 min	Arroz e feijão	Salada de couve e tomate	Arroz e feijão Suco de maracujá	Purê de abóbora Maçã	Salada de alface Mamão
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 898,56 Kcal	PTN 38g 16% do VET	LPD 25g 25% do VET	CHO 128g 57% do VET


 Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

Orientações A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.
adicionais: As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.

Legenda:

VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lípídeo
CHO	Carboidrato

**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO INTEGRAL 7H**

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
refeição	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Carne bovina em cubos ao molho de tomate Arroz e feijão Ensopadinho de inhame	Frango em cubos ensopado Arroz e feijão Couve refogada	Sobrecoxa assada Farofa de cebola Arroz e feijão Suco de goiaba
lanche			Pão hot dog com queijo minas Vitamina de morango Banana	Bolo de cenoura Suco de cajú Abacaxi	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata) Suco de cajá Maçã
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1273,36 Kcal	PTN 50g 16% do VET	LPD 39g 28% do VET	CHO 183g 57% do VET



**Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444**

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO INTEGRAL 7H

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
refeição	Frango em isca acebolada	Carne bovina desfiada	Sobrecoxa assada	Pernil suíno acebolado	Frango em cubos ensopado
	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Batata sauté	Purê de aipim	Arroz e feijão
lanche	Salada de pepino	Polenta	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Abobrinha ao molho de tomate
		Ensopadinho de chuchu	Salada de repolho misto	Salada de alface	
lanche	Pão hot dog com requeijão	Tortinha de carne moída	Bolo de banana	Pão de batata com molho de frango	Pão hot dog com queijo
	Leite com café	Suco de manga	Leite com chocolate	Suco de acerola	logurte de morango
		Laranja	Melancia	Banana	
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1481,89 Kcal	PTN 64g 17% do VET	LPD 44g 26% do VET	CHO 208g 56% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima

Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO


PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO INTEGRAL 7H

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
refeição	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Carne bovina desfiada Arroz e feijão Abóbora cozida com tempero verde Suco de caju	Frango em cubos ensopado Polenta Arroz e feijão Couve refogada
lanche				Pão de batata com frango desfiado Suco de maracujá	Pão caseiro com manteiga Leite com chocolate
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1694,40 Kcal	PTN 71g 17% do VET	LPD 49g 26% do VET	CHO 247g 58% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO


PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO INTEGRAL 7H

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
refeição	Carne bovina desfiada Ensopadinho de chuchu Arroz e feijão	Isca de frango acebolada Arroz e feijão Salada de beterraba	Pernil acebolado Arroz e feijão Purê de abóbora Suco de caju	Strogonoff bovino Batata rústica Arroz e feijão Salada de cenoura	Torta de peixe gratinada Arroz e feijão Salada de alface e tomate
lanche	Pão hot dog com carne moída Suco de maracujá Melancia	Pão caseiro com manteiga Leite com café	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata) Suco de acerola Banana	Salada de frutas com iogurte de morango (banana, maçã e mamão) Bolo simples	Pão francês com queijo Suco de goiaba Laranja
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1520,02 Kcal	PTN 65g 17% do VET	LPD 42g 25% do VET	CHO 223g 59% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

Orientações adicionais: A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.
As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.
Em cardápios com arroz e macarrão, a empresa produzirá meia porção de cada um, para garantir o equilíbrio nutricional e harmonia do prato.

Legenda:

VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lípido
CHO	Carboidrato

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO


PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO INTEGRAL 7H- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
refeição	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Carne bovina em cubos com tomate Ensopadinho de inhame Arroz e feijão	Frango em cubos ensopado Arroz e feijão Couve refogada	Sobrecoxa ensopada Farofa de cenoura Arroz e feijão Suco de goiaba
lanche			Pão hot dog com ovos mexidos Leite com café Banana	Pão hot dog com queijo minas Vitamina de morango Abacaxi	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata) Suco de cajá Maçã
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1440,80 Kcal	PTN 59g 17% do VET	LPD 41g 25% do VET	CHO 175g 49% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO INTEGRAL 7H- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
refeição	Frango em isca acebolada Arroz e feijão Salada de pepino	Carne bovina desfiada Arroz e feijão Polenta Ensopadinho de chuchu	Sobrecoxa ensopada Batata sauté Arroz e feijão Salada de repolho misto	Pernil suíno acebolado Purê de aipim Arroz e feijão Salada de alface	Frango em cubos ensopado Arroz e feijão Abobrinha ao molho de tomate
lanche	Pão hot dog com requeijão Leite com café	Pão de batata com molho de frango Suco de goiaba Maçã	Pão francês com manteiga Iogurte de morango Laranja	Sanduíche natural (pão de forma, frango desfiado, cenoura e alface e tomate) Suco de manga Melancia	Pão hot dog com ovos mexidos Suco de abacaxi Banana
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1427,74 Kcal	PTN 63g 18% do VET	LPD 39g 25% do VET	CHO 206g 56% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO


PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO INTEGRAL 7H- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
refeição	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Carne bovina desfiada Arroz e feijão Abóbora cozida com tempero verde Suco de caju	Frango em cubos ensopado Polenta Arroz e feijão Couve refogada
lanche				Pão de batata com molho de frango Suco de acerola	Pão com recheio de carne desfiada Suco de abacaxi
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1277,12 Kcal	PTN 57g 18% do VET	LPD 32g 22% do VET	CHO 191g 60% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO


PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO INTEGRAL 7H- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
refeição	Carne bovina desfiada	Isca de frango acebolada	Pernil acebolado	Strogonoff bovino	Peixe ao molho branco
	Ensopadinho de chuchu	Arroz e feijão	Arroz e feijão	Batata rústica	Arroz e feijão
	Arroz e feijão	Salada de beterraba	Purê de abóbora	Arroz e feijão	Salada de alface e tomate
lanche	Pão hot dog com queijo	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata)	Salada de frutas com iogurte de morango (banana, maçã e mamão)	Pão de batata com molho de frango desfiado	Pão francês com ovos
	Suco de maracujá	Suco de acerola	Mel	Suco de goiaba	Suco de acerola
	Melancia		Pão hot dog com requeijão	Banana	Laranja
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1480,44	PTN 62g 17% do VET	LPD 42g 26% do VET	CHO 215g 58% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

**Orientações
adicionais:**

A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.

As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.

Em cardápios com arroz e macarrão, a empresa produzirá meia porção de cada um, para garantir o equilíbrio nutricional e harmonia do prato.

Legenda:


VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lípido
CHO	Carboidrato

**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO INTEGRAL 9H**

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
Lanche			Pão hot dog com ovos mexidos Suco de goiaba	Pão francês com queijo minas Vitamina de morango	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata) Suco de caju
Almoço	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Carne bovina em cubos com tomate Arroz e feijão Ensopadinho de inhame	Frango em cubos ensopado Arroz e feijão Couve refogada	Sobrecoxa assada Farofa de cebola Arroz e feijão Suco de goiaba
Lanche			Bolo de cenoura Suco de abacaxi Banana	Pão hot dog com carne moída Suco de acerola Abacaxi	Salada de frutas com iogurte de morango (banana, maçã e laranja) Bolo simples
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1758,99 Kcal	PTN 69g 16% do VET	LPD 49g 25% do VET	CHO 265g 60% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO INTEGRAL 9H

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
Lanche	Pão hot dog com manteiga Suco de goiaba	Pão com recheio de carne desfiada Suco de manga	Pão de milho com requeijão Leite com café	Pão hot dog com requeijão Leite com café	Pão de batata com molho de frango Suco de goiaba
Almoço	Frango em cubos acebolado Arroz e feijão Ensopadinho de inhame Salada de pepino	Pernil suíno acebolado Arroz e feijão Polenta Ensopadinho de chuchu	Carne bovina desfiada Batata sauté Arroz e feijão Salada de repolho misto	Sobrecoxa assada Purê de aipim Arroz e feijão Salada de alface	Frango ensopado Arroz e feijão Abobrinha com tomate
Lanche	Bolo de chocolate Suco de caju	Bolo de fubá Café Maçã	Tortinha de carne moída Suco de abacaxi Melancia	Sanduíche natural (pão de forma, frango desfiado, cenoura e alface e tomate) Suco de caju Banana	Bolo de banana Leite batido com chocolate Laranja
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1913,92 Kcal	PTN 77g 16% do VET	LPD 62g 29% do VET	CHO 265g 55% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO INTEGRAL 9H

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
Lanche				Pão francês com manteiga Suco de manga	Pão hot dog com requeijão Café
Almoço	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Carne bovina desfiada Arroz e feijão Abóbora cozida com tempero verde	Frango ao creme de milho Arroz e feijão Salada de beterraba
Lanche				Bolo fubá Leite com café	Quibe assado Suco de maracujá
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 2217,45 Kcal	PTN 83g 15% do VET	LPD 79g 30% do VET	CHO 295g 55% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO INTEGRAL 9H

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
Lanche	Pão hot dog com requeijão Leite batido com chocolate	Bolo de chocolate Suco de caju	Pão caseiro com manteiga Leite com café	Pão de milho com requeijão Suco de cajá Laranja	Salada de frutas com iogurte de morango (banana, maçã e mamão) Mel
Almoço	Carne bovina desfiada Ensopadinho de chuchu Arroz e feijão	Frango em cubos ensopado Polenta Arroz e feijão Couve refogada	Pernil suíno acebolado Arroz e feijão Ensopadinho de inhame	Strogonoff de frango Batata rústica Arroz e feijão Salada de repolho e tomate	Torta de peixe gratinada Arroz e feijão Salada de alface e tomate
Lanche	Tortinha de frango Suco de graviola Melancia	Pão francês com queijo Suco de manga	Sanduíche natural (pão de forma, frango desfiado, cenoura e alface e tomate) Suco de caju Banana	Quibe assado Suco de acerola	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata) Suco de morango
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1986,33 Kcal	PTN 83g 17% do VET	LPD 59g 27% do VET	CHO 286g 57% do VET

**Orientações
adicionais:**

A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.

As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.

Em cardápios com arroz e macarrão, a empresa produzirá meia porção de cada um para garantir o equilíbrio nutricional e harmonia do prato.

Legenda:

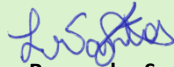
VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lipídeo
CHO	Carboidrato

**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO INTEGRAL 9H- SEM FORNO**

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
Lanche			Pão hot dog com queijo minas Vitamina de morango Banana	Pão hot dog com manteiga Leite batido com chocolate	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata) Suco de abacaxi
Almoço	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Carne bovina em cubos com tomate Arroz e feijão Ensopadinho de inhame	Frango em cubos ensopado Arroz e feijão Couve refogada	Sobrecoxa ensopada Farofa de cenoura Arroz e feijão Suco de goiaba
Lanche			Pão de batata com carne desfiada Suco de manga Abacaxi	Salada de frutas com iogurte de morango (banana, maçã e laranja) Pão hot dog com requeijão	Pão de hot dog com ovos mexidos Suco de acerola Maçã
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1803,00 Kcal	PTN 44g 16% do VET	LPD 30g 25% do VET	CHO 161g 59% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO INTEGRAL 9H- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
Lanche	Pão hot dog com manteiga Leite batido com chocolate	Pão hot dog com ovos mexidos Café Maçã	Pão de milho com requeijão Leite com café Melancia	Pão de batata com molho de frango Suco de goiaba Banana	Pão hot dog com queijo Suco de manga Laranja
Almoço	Frango em cubos acebolado Arroz e feijão Ensopadinho de inhame Salada de pepino	Pernil suíno acebolado Arroz e feijão Polenta Ensopadinho de chuchu	Carne bovina desfiada Batata sauté Arroz e feijão Salada de repolho misto	Sobrecoxa ensopada Purê de aipim Arroz e feijão Salada de alface	Frango ensopado Arroz e feijão Abobrinha com tomate
Lanche	Pão de batata com recheio de frango desfiado Suco de caju	Pão francês com carne moída Suco de manga	Pão com recheio de carne desfiada Suco de caju	Pão francês com ovos mexidos Suco de acerola	Sanduíche natural (pão de forma, frango desfiado, cenoura e alface e tomate) Suco de abacaxi
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1825,77 Kcal	PTN 78g 17% do VET	LPD 52g 26% do VET	CHO 262g 57% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO INTEGRAL 9H- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
Lanche				Pão hot dog com requeijão Suco de goiaba	Pão francês com carne suína desfiada Suco de acerola
Almoço	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Carne bovina desfiada Arroz e feijão Abóbora cozida com tempero verde Suco de caju	Frango ao creme de milho Arroz e feijão Salada de beterraba
Lanche				Pão de batata com molho de frango desfiado Leite com café	Pão hot dog com ovos mexidos Café
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1883,38 Kcal	PTN 80g 17% do VET	LPD 59g 28% do VET	CHO 260g 55% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO INTEGRAL 9H- SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
Lanche	Pão hot dog com requeijão Leite batido com chocolate	Pão francês com queijo Suco de caju	Pão hot dog com manteiga Leite com café	Pão de milho com requeijão Vitamina de banana e mamão	Pão hot dog com queijo Suco de cajá Laranja
Almoço	Carne bovina desfiada Ensopadinho de chuchu Arroz e feijão	Frango em cubos ensopado Polenta Arroz e feijão Couve refogada	Peixe ao molho branco Arroz e feijão Salada de alface e tomate	Strogonoff de frango Batata rústica Arroz e feijão Salada de repolho e tomate	Pernil suíno acebolado Arroz e feijão Ensopadinho de inhame
Lanche	Pão de batata com molho de frango Suco de acerola Melancia	Sanduíche natural (pão de forma, frango desfiado, cenoura e alface e tomate) Suco de manga	Salada de frutas com iogurte de morango (banana, maçã e mamão) Mel	Pão hot dog com carne moída Suco de graviola	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata) Suco de acerola
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 1940,86 Kcal	PTN 81g 17% do VET	LPD 60g 28% do VET	CHO 272g 56% do VET

**Orientações
adicionais:**

A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.

As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.

Em cardápios com arroz e macarrão, a empresa produzirá meia porção de cada um para garantir o equilíbrio nutricional e harmonia do prato.

Legenda:

VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lipídeo
CHO	Carboidrato

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO


PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO PARCIAL DIURNO - LANCHE

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
Lanche	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Pão hot dog com queijo minas Vitamina de morango Melancia	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata) Suco de acerola	Salada de frutas com iogurte de morango (banana, maçã e mamão) Bolo simples
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 551,81 Kcal	PTN 23g 18% do VET	LPD 18g 29% do VET	CHO 80g 57% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO - LANCHE

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
Lanche	Pão francês com manteiga	Tortinha de frango	Pão de milho com requeijão	Bolo de banana	Pão hot dog com carne moída
	Vitamina de goiaba	Suco de caju	Leite batido com chocolate Banana	Suco de goiaba	Suco de acerola Laranja
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 481,31 Kcal	PTN 17g 14% do VET	LPD 17g 30% do VET	CHO 69g 59% do VET

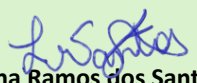

Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO - LANCHE

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
Lanche	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Bolo de cenoura Suco de goiaba	Sanduíche natural (pão de forma, frango desfiado, cenoura, alface, tomate e milho) Suco de caju
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 524,68 Kcal	PTN 21g 16% do VET	LPD 14g 24% do VET	CHO 81g 61% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO - LANCHE

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
Lanche	Pão de batata com ovos mexidos	Bolo simples	Pão hot dog com molho de frango	Quibe assado	Pão francês com carne desfiada
	Suco de acerola	Leite com café	Suco de manga	Suco de caju	Suco de manga
		Mel	Abacaxi	Melancia	
Composição nutricional (Média semanal)		Energia	PTN	LPD	CHO
		539,45 Kcal	22g	16g	82g
			16% do VET	25% do VET	61% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

Orientações A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.
adicionais: As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.

Legenda:

VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lípídeo
CHO	Carboidrato


SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO - LANCHE SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	02/02/2026	03/02/2026	04/02/2026	05/02/2026	06/02/2026
Lanche	NÃO LETIVO	NÃO LETIVO	Pão hot dog com queijo minas Vitamina de morango Melancia	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata) Suco de acerola	Salada de frutas com iogurte de morango (banana, maçã e mamão) Pão de milho com requeijão
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 538,82 Kcal	PTN 17g 13% do VET	LPD 20g 33% do VET	CHO 79g 58% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444


SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO - LANCHE SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	09/02/2026	10/02/2026	11/02/2026	12/02/2026	13/02/2026
Lanche	Pão francês com manteiga Vitamina de goiaba	Pão de batata com frango desfiado Suco de caju	Pão de milho com requeijão Leite batido com chocolate Banana	Torta de pão (pão de forma, frango desfiado, tempero verde e purê de batata) Suco de acerola Laranja	Pão hot dog com carne moída Suco de acerola
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 447,16 Kcal	PTN 18g 17% do VET	LPD 13g 25% do VET	CHO 67g 60% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO - LANCHE SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	16/02/2026	17/02/2026	18/02/2026	19/02/2026	20/02/2026
Lanche	FERIADO	FERIADO	FERIADO	Pão francês com queijo Vitamina de morango	Pão de batata com molho de frango desfiado Suco de acerola
Composição nutricional (Média semanal)		Energia 476,90 Kcal	PTN 20g 17% do VET	LPD 16g 27% do VET	CHO 65g 58% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO
PERÍODO PARCIAL DIURNO - LANCHE SEM FORNO

FEVEREIRO DE 2026

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	23/02/2026	24/02/2026	25/02/2026	26/02/2026	27/02/2026
Lanche	Pão hot dog com ovos mexidos Suco de acerola	Pão francês com queijo Leite com café Mel	Pão de batata com molho de frango Suco de manga Abacaxi	Pão hot dog com requeijão Suco de goiaba Melancia	Pão de batata com carne desfiada Suco de acerola
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia 468,72 Kcal	PTN 20g 17% do VET	LPD 15g 28% do VET	CHO 65g 57% do VET



Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

Orientações A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.
adicionais: As preparações devem seguir as fichas técnicas de preparo.

Legenda:

VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lípídeo
CHO	Carboidrato