

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE – EE PROF^ª VANIR FERRERO MORAES

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO - PERÍODO INTEGRAL 70%

Necessidades Alimentares:

SETEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA 22-09-2025	TERÇA-FEIRA 23-09-2025	QUARTA-FEIRA 24-09-2025	QUINTA-FEIRA 25-09-2025	SEXTA-FEIRA 26-09-2025
LANCHE DA TARDE 15:50	- LEITE COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO	- SUCO -PÃO COM MANTEIGA	- LEITE COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO	- SUCO -PÃO COM MANTEIGA	- LEITE COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO
MERENDA TARDE 10:00	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA EM CUBOS COM BATATA, POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO PRETO COZIDO -CARNE SUÍNA, PERNIL EM CUBOS ACEBOLADO -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO NHOQUE COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE E QUEIJO MUSSARELA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	- MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO, TOMATE, CENOURA, POLPA DE TOMATE, CHEIRO VERDE E MOLHO BRANCO. -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FILÉ DE PEITO DE FRANGO EM CUBOS ACEBOLADO -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	1902 kcal			
		309 g 65%	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET

NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA, CRN:32296.