

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE – EE PROFª VANIR FERRERO MORAES

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II - FAIXA ETÁRIA 11 Á 15 NOS - PERÍODO INTEGRAL 70%

Necessidades Alimentares Especiais:

OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA 27-10-2025	TERÇA-FEIRA 28-10-2025	QUARTA-FEIRA 29-10-2025	QUINTA-FEIRA 30-10-2025	SEXTA-FEIRA 31-10-2025
CAFÉ DA MANHÃ 07:00	FERIADO	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
LANCHE DA MANHÃ 07:00		- LEITE COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO	- SUCO -PÃO COM MANTEIGA	- LEITE COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO	- SUCO -PÃO COM MANTEIGA
MERENDA MANHÃ 10:00		-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FAROFA DE CARNE SUÍNA, CENOURA, FARINHA DE MILHO E FARINHA DE MANDIOCA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -LASANHA DE PRESUNTO, QUEIJO, MOLHO DE TOMATE E MOLHO BRNCO -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -CARNE BOVINA EM CUBOS COM BATATA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-GALINHADA COM ARROZBRANCO, FILÉ DE FRANGO, CENOURA MILHO E CHEIRO EVRDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 1656 kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET	
	269 g	62g	55g		
	65%	15%	30%		

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