

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE-EMEI ANA MARIA TIM CEZARO

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA - FAIXA ETÁRIA 03-05 ANOS - PERÍODO PARCIAL 30% MANHÃ

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE

NOVEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA 10-11-2025	TERÇA-FEIRA 11-11-2025	QUARTA-FEIRA 12-11-2025	QUINTA-FEIRA 13-11-2025	SEXTA-FEIRA 14-11-2025
CAFÉ DA MANHÃ 07:00	-PÃO COM MANTEIGA -LEITE COM CACAU	-BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -LEITE COM CACAU	-BOLO DE CENOURA -LEITE COM CACAU	-BOLO DE CACAU COM UVA PASSA -LEITE COM CACAU	-BISCOITO DE POLVILHO -LEITE COM CACAU
MERENDA MANHÃ 09:20	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -OMELETE COM CENOURA E CHEIRO VERDE	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -SOBRECOXA DE FRANGO COZIDA COM CENOURA, MILHO DE POLPA DE TOMATE	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -QUIBE ASSADO. -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO PRETO COZIDO -CARNE SUÍNA EM CUBOS, ACEBOLADA -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA	-SOPA: MACARRÃO, MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, BATATA; CENOURA, POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE. -FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	405 Kcal	66g	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		65% 65% 65%	15g	15%	14g 30%

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE-EMEI ANA MARIA TIM CEZARO

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA - FAIXA ETÁRIA 03-05 ANOS - PERÍODO PARCIAL 30% TARDE

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE

NOVEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA 10-11-2025	TERÇA-FEIRA 11-11-2025	QUARTA-FEIRA 12-11-2025	QUINTA-FEIRA 13-11-2025	SEXTA-FEIRA 14-11-2025
CAFÉ DA TARDE 12:20	-PÃO COM MANTEIGA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE CENOURA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE CACAU COM UVA PASSA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BISCOITO DE POLVILHO -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA
MERENDA TARDE 15:00	-SOPA: MACARRÃO, MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, BATATA, CENOURA, POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE. -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -OMELETE COM CENOURA E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA, TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -SOBRECOXA DE FRANGO COZIDA COM CENOURA, MILHO DE POLPA DE TOMATE -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA -SUÇO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -QUIBE ASSADO. -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO PRETO COZIDO -CARNE SUÍNA EM CUBOS, ACEBOLADA -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA
CAFÉ DA TARDE II 17:00	-PÃO COM MANTEIGA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE CENOURA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE CACAU COM UVA PASSA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BISCOITO DE POLVILHO -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA
Composição nutricional (Média semana I)	Energia (Kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	496 kcal	79 g	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		65%		17g 15%	15g 30%
NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA, CRN:32296.					