

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I - FAIXA ETÁRIA 06 Á 10 ANOS - PERÍODO PARCIAL - MANHÃ

Necessidades Alimentares Especiais: *INTOLERÂNCIA A LACTOSE*

NOVEMBRO/2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|-------------------------------|--|---|---|---|--|
| CAFÉ DA MANHÃ 07:00 | -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 -BISCOITO | -LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -BISCOITO | -LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -BISCOITO |
| MERENDA MANHÃ 10:00 | -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FAROFA DE CARNE SUÍNA | -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -QUIBE ASSADO -FRUTA | -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -COXINHA DA ASA DE FRANGO ASSADA -SUCO | -MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA | -GALINHADA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE |

Composição nutricional (Média semanal)

| Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
|----------------|------------------|------------------|------------------|
| 493 kcal | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| 80 g | 18g | 16g | |
| 65% | 15% | 30% | |

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I - FAIXA ETÁRIA 06 Á 10 NOS - PERÍODO PARCIAL - TARDE

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE

NOVEMBRO/2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|---|--|---|---|--|--|
| CAFÉ DA TARDE 12:15 | 24-11-2025 | 25-11-2025 | 26-11-2025 | 27-11-2025 | 28-11-2025 |
| MERENDA TARDE 15:15 | -FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FAROFA DE CARNE SUÍNA | -FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -QUIBE ASSADO -FRUTA | -FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -COXINHA DA ASA DE FRANGO ASSADA -SUCO | -FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO -MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA | -FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA -GALINHADA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | 493 kcal | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET | |
| | 80 g | 18g | 16g | | |
| | | 65% | 15% | 30% | |
| NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA, CRN:32296. | | | | | |