

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

Necessidades Alimentares Especiais: *INTOLERÂNCIA A LACTOSE*

DEZEMBRO/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 -PÃO COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO COM MANTEIGA
MERENDA MANHÃ 10:00	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO -MOLHO DE CARNE BOVINA EM CUBOS COM TOMATE	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO -FRANGO EM MOLHO COM BATATA	-ARROZ BRANCO COZIDO -POLENTA -CARNE MOÍDA -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE SUÍNA EM CUBOS, ACEBOLADA -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA	-MACARRÃO, MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE. -FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 493 kcal	CHO (g)		PTN (g)	
		55% a 65% do VET		10% a 15% do VET	
		80 g	18g	16g	15% a 30% do VET
		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

DEZEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA TARDE 12:15	08-12-2025	09-12-2025	10-12-2025	11-12-2025	12-12-2025
MERENDA TARDE 15:15	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -MOLHO DE CARNE BOVINA EM CUBOS COM TOMATE -SALADA CRUA, TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FRANGO EM MOLHO COM BATATA -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO -ARROZ BRANCO COZIDO -POLENTA -CARNE MOÍDA REFOGADA COM TOMATE. -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -SUCO	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE SUÍNA EM CUBOS, ACEBOLADA -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA -MACARRÃO, MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE. -FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 493 kcal		CHO (g) 55% a 65% do VET 18g 15%		PTN (g) 10% a 15% do VET 16g 30%
NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA, CRN:32296.					