

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

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE

## MARÇO/2026

	SEGUNDA-FEIRA 02-03-2026	TERÇA-FEIRA 03-03-2026	QUARTA-FEIRA 04-03-2026	QUINTA-FEIRA 05-03-2026	SEXTA-FEIRA 06-03-2026
CAFÉ DA MANHÃ 06:50	-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 SALGADO	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
MERENDA MANHÃ 09:45	-ARROZ BRANCO COZIDO	-ARROZ BRANCO COZIDO	- GALINHADA PREPARADA COM ARROZ BRANCO COZIDO, MOLHO DE FRANGO COM CENOURA, MOLHO DE TOMATE, MILHO E CHEIRO VERDE	-ARROZ BRANCO COZIDO - ESTROGONOFE DE FRANGO COM CENOURA -SALADA CRUA -SUCO	- MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE, CENOURA E MOLHO DE TOMATE -SALADA CRUA -FRUTA
MERENDA TARDE 15:00	-FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO -FAROFA DE CARNE SUINA COM CENOURA -SALADA CRUA	COM MANDIOCA E MOLHO DE TOMATE - SALADA CRUA -FRUTA	-SALADA CRUA -FRUTA		
CAFÉ DA TARDE 12:15	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO SALGADO	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA PÃO COM MANTEIGA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA PÃO COM MANTEIGA
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	493 kcal	80 g	18g	16g
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			65%	15%	30%

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