

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

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO - PERÍODO INTEGRAL 70%

Necessidades Alimentares:

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 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 -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 09:15	-FRAPÊ -BISCOITO SALGADO	-FRAPÊ -BISCOITO DOCE	-FRAPÊ -BISCOITO SALGADO	-FRAPÊ -BISCOITO DOCE	-FRAPÊ -BISCOITO SALGADO
ALMOÇO 12:15	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FAROFA DE CARNE SUÍNA COM CENOURA -SALADA CRUA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA COZIDA COM MANDIOCA E MOLHO DE TOMATE -SALADA CRUA -FRUTA	-GALINHADA PREPARADA COM ARROZ BRANCO COZIDO, MOLHO DE FRANGO COM CENOURA, MOLHO DE TOMATE, MILHO E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -ESTROGONOFE DE FRANGO COM CENOURA -SALADA CRUA -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE, CENOURA E MOLHO DE TOMATE -SALADA CRUA -FRUTA
LANCHE DA TARDE 15:45	-BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -SUCO	-PÃO COM CARNE -SUCO	-BOLO DE CACAU COM PASSAS -SUCO	-TORTA SALGADA COM CARNE, CENOURA, MILHO E MUSSARELA -SUCO	-BOLO SIMPLES COM COCO -SUCO
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 1902 kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET	
	309 g 65%	71g 15%	63g 30%		

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