

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

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO - PERÍODO PARCIAL 20%

Necessidades Alimentares:

MARÇO/2026

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CEIA 21:15	02-03-2026 -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FAROFA DE CARNE SUÍNA COM CENOURA -SALADA CRUA	03-03-2026 -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO - CARNE BOVINA COZIDA COM MANDIOCA E MOLHO DE TOMATE - SALADA CRUA -FRUTA	04-03-2026 - GALINHADA PREPARADA COM ARROZ BRANCO COZIDO, MOLHO DE FRANGO COM CENOURA, MOLHO DE TOMATE, MILHO E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA -FRUTA	05-03-2026 -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO - ESTROGONOFE DE FRANGO COM CENOURA -SALADA CRUA -FRUTA	06-03-2026 -MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE, CENOURA E MOLHO DE TOMATE -SALADA CRUA -FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
	543 kcal		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	88 g	20g	18g	15%	30%
65%					

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