

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

FERRERO MORAES

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL 11- FAIXA ETÁRIA 11 Á 15 NOS- PERÍODO INTEGRAL 70%

Necessidades Alimentares Especiais:

MARÇO/2026

	SEGUNDA-FEIRA 09-03-2026	TERÇA-FEIRA 10-03-2026	QUARTA-FEIRA 11-03-2026	QUINTA-FEIRA 12-03-2026	SEXTA-FEIRA 13-03-2026
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 -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 09:30	-FRAPÊ -BISCOITO SALGADO	-FRAPÊ -BISCOITO DOCE	-FRAPÊ -BISCOITO SALGADO	-FRAPÊ -BISCOITO DOCE	-FRAPÊ -BISCOITO SALGADO
ALMOÇO 12:15	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -OMELETE -SALADA CRUA	-ARROZ BRANCO COZIDO -CREME DE MILHO -COXINHA DA ASA DE FRANGO ASSADA. -SALADA DE CRUA -FRUTA	-ARROZ TEMPERADO COM CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, PIMENTÃO E CHEIRO VERDE -SALADA DE CRUA -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -LASANHA DE CARNE E QUEIJO -SALADA DE CRUA -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO, POLPA DE TOMATE, CENOURA E MOLHO BRANCO. -SALADA DE CRUA -FRUTA
LANCHE DA TARDE 15:45	-BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -SUCO	-PÃO COM CARNE -SUCO	-TORTA SALGADA COM PRESUNTO, CENOURA, MILHO E MUSSARELA -SUCO	-CANJICA COM LEITE DE COCO	-BOLO DE CACAU COM PASSAS -SUCO
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	1656 kcal		269 g 65%	62g 15%	55g 30%

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