

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE – EE PROF^a VANIR FERRERO MORAES

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO - PERÍODO INTEGRAL 70%

Necessidades Alimentares:

SETEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA 15-09-2025	TERÇA-FEIRA 16-09-2025	QUARTA-FEIRA 17-09-2025	QUINTA-FEIRA 18-09-2025	SEXTA-FEIRA 19-09-2025
LANCHE DA TARDE 15:50	- LEITE COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO	- SUCO -PÃO COM MANTEIGA	- LEITE COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO	- SUCO -PÃO COM MANTEIGA	- LEITE COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO
MERENDA TARDE 10:00	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -OMELETE COM CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO - ESTROGONOFE PREPARADO COM FILÉ DE PEITO DE FRANGO EM CUBOS -BATATA PALITO ASSADA COM AZEITE, SAL E OREGANO -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE	-ARROZ BRANCO COZIDO - FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -QUIBE ASSADO RECHEADO -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO - CARNE BOVINA ACEBOLADA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO - COXINHA DA ASA DE FRANGO COZIDA COM MANDIOCA, POLPA DE TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE. -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE
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	71g	63g		
	65%	15%	30%		

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