

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

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

Necessidades Alimentares Especiais:

OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	29-09-2025	30-09-2025	01-10-2025	02-10-2025	03-10-2025
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 07:00	- SUCO -PÃO COM MANTEIGA	- LEITE COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO	- SUCO -PÃO COM MANTEIGA	- LEITE COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO	- SUCO -PÃO COM MANTEIGA
MERENDA MANHÃ 10:00	-ARROZ TEMPERADO COM CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, TOMATE, PIMENTÃO, MILHO E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO PRETO COZIDO - OMELETE COM CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FAROFA DE CARNE SUÍNA, FARINHA DE MANDIOCA, FARINHA DE MILHO, CENOURA E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE, E CHEIRO VERDE. -SALADA CRUA, TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE VERDE -FRUTA	-GALINHADA PREPARADA COM ARROZ BRANCO COZIDO, MOLHO DE SOBRELOXA DE FRANGO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE, MILHO E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 1656 kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET	
		269 g 65%	62g 15%	55g 30%	

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