

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR-PNAE-EMEI ANA MARIA TIM CEZARO

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA - FAIXA ETÁRIA 03-05 ANOS - PERÍODO INTAGRAL 70%

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE

OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA 29-09-2025	TERÇA-FEIRA 30-09-2025	QUARTA-FEIRA 01-10-2025	QUINTA-FEIRA 02-10-2025	SEXTA-FEIRA 03-10-2025
CAFÉ DA MANHÃ 07:00	PÃO COM MANTEIGA -LEITE INTEGRAL COM CACAU LEITE ZERO LACTOSE (NAE)	BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -LEITE INTEGRAL COM CACAU LEITE ZERO LACTOSE (NAE)	BOLO DE CENOURA -LEITE INTEGRAL COM CACAU LEITE ZERO LACTOSE (NAE)	-BOLO DE CACAU COM UVA PASSA -LEITE INTEGRAL COM CACAU LEITE ZERO LACTOSE (NAE)	-BISCOITO DE POLVILHO -LEITE INTEGRAL COM CACAU LEITE ZERO LACTOSE (NAE)
MERENDA MANHÃ 09:20	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, TOMATE, PIMENTÃO, MILHO E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO PRETO COZIDO - OMELETE COM CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -FAROF DE CARNE SUÍNA, FARINHA DE MANDIOCA, FARINHA DE MILHO, CENOURA E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	-SOPA DE MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE, ABÓBORA, MANDIOCA, BATATA E CHEIRO VERDE. -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -MOLHO DE SOBREOXA DE FRANGO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE, MILHO E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA
CAFÉ DA TARDE 12:20	PÃO COM MANTEIGA -FRAPÉ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -FRAPÉ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE CENOURA -FRAPÉ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE CACAU COM UVA PASSA -FRAPÉ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BISCOITO DE POLVILHO -FRAPÉ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA
MERENDA TARDE 15:00	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -MOLHO DE SOBREOXA DE FRANGO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE, MILHO E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, TOMATE, PIMENTÃO, MILHO E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO PRETO COZIDO - OMELETE COM CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -FAROF DE CARNE SUÍNA, FARINHA DE MANDIOCA, FARINHA DE MILHO, CENOURA E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-SOPA DE MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE, ABÓBORA, MANDIOCA, BATATA E CHEIRO VERDE. -FRUTA

CAFÉ DA TARDE II 17:10	-PÃO COM MANTEIGA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE CENOURA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE CACAU COM UVA PASSA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BISCOITO DE POLVILHO -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA
	Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 945 kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 13,5 g 65%	PTN (g) 10% a 15% do VET 35g 15%	LPD (g) 15% a 30% do VET 32g 30%
NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA, CRN:32296.					