

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:

OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA 06-10-2025	TERÇA-FEIRA 07-10-2025	QUARTA-FEIRA 08-10-2025	QUINTA-FEIRA 09-10-2025	SEXTA-FEIRA 10-10-2025
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 -TORTA COM RECHEIO DE TOMATE, PRESUNTO, MUSSARELA, CENOURA, MILHO, CEBOLA E ORÉGANO. -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -LASANHA COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE, MOLHO BRANCO, PRESUNTO E MUSSARELA -SALADA CRUA, TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA	-PÃO DE LEITE COM MOLHO DE CACHORRO QUENTE -BOLO -REFRIGERANTE	-ARROZ BRANCO COZIDO -CREME DE MILHO -SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA E RECHEADA. -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA	-PÃO FRANCES COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE, CENOURA, MILHO E CHEIRO VERDE. -SUCO
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	1902 kcal			
	CHO (g)	309 g 65%	55% a 65% do VET	71 g 15%	10% a 15% do VET
					63 g 30%
					10% a 15% do VET
					15% a 30% do VET
					LPD (g)

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