

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I – FAIXA ETÁRIA 06 Á 10 NOS - PERÍODO PARCIAL - MANHÃ

Necessidades Alimentares Especiais: *INTOLERÂNCIA A LACTOSE*

OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA 20-10-2025	TERÇA-FEIRA 21-10-2025	QUARTA-FEIRA 22-10-2025	QUINTA-FEIRA 23-10-2025	SEXTA-FEIRA 24-10-2025
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 -BISCOITO	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
MERENDA MANHÃ 10:00	-PÃO COM MOLHO DE CANE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -NHOQUE COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE E QUEIJO MUSSARELA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -COXINHA DA ASA DE FRANGO ASSADA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, TOMATE, CENOURA, POLPA DE TOMATE, CHEIRO VERDE E MOLHO BRANCO. -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA ACEBOLADA - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 493 kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET		PTN (g) 10% a 15% do VET	
		80 g	18g	16g	LPD (g) 15% a 30% do VET
		65%	15%	30%	

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I - FAIXA ETÁRIA 06 Á 10 NOS - PERÍODO PARCIAL - TARDE

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE

OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA TARDE 12:15	20-10-2025	21-10-2025	22-10-2025	23-10-2025	24-10-2025
	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA PÃO COM MANTEIGA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA PÃO COM MANTEIGA
MERENDA TARDE 15:15	20-10-2025	21-10-2025	22-10-2025	23-10-2025	24-10-2025
	-PÃO COM MOLHO DE CANE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE, CENOURA E CHEIRO VERDE -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -NHOQUE COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE E QUEIJO MUSSARELA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -COXINHA DA ASA DE FRANGO ASSADA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	-MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, TOMATE, CENOURA, POLPA DE TOMATE, CHEIRO VERDE E MOLHO BRANCO. -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA ACEBOLADA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 493 kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 80 g 65%	PTN (g) 10% a 15% do VET 18 g 15%	LPD (g) 15% a 30% do VET 16 g 30%

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