

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

Necessidades Alimentares Especiais: *INTOLERÂNCIA A LACTOSE*

NOVEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
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	- ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -NHOQUE COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE E QUEIJO MUSSARELA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA EM CUBOS COZIDA COM POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE. - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO -FILÉ DE FRANGO COZIDO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE E MOLHO BRANCO -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	- ARROZ TEMPERADO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE E MILHO. - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO, CENOURA, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE E MOLHO BRANCO - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	493 kcal			
	CHO (g)	80 g	55% a 65% do VET	18g	16g
		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

NOVEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
CAFÉ DA TARDE 12:15	03-11-2025 -FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA	04-11-2025 -FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA	05-11-2025 -FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO	06-11-2025 -FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA PÃO COM MANTEIGA	07-11-2025 -FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA PÃO COM MANTEIGA
MERENDA TARDE 15:15	- 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	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA EM CUBOS COZIDA COM POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE. - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FILÉ DE FRANGO COZIDO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE E MOLHO BRANCO - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	-ARROZ TEMPERADO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE E MILHO. - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO, CENOURA, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE E MOLHO BRANCO - 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 16g 30%

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