

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 PARCIAL 30% MANHÃ

Necessidades Alimentares Especiais: *INTOLERÂNCIA A LACTOSE*

NOVEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	03-11-2025	04-11-2025	05-11-2025	06-11-2025	07-11-2025
CAFÉ DA MANHÃ 07:00	-PÃO COM MANTEIGA -LEITE COM CACAU	-BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -LEITE COM CACAU	-BOLO DE CENOURA -LEITE COM CACAU	-BOLO DE CACAU COM UVA PASSA -LEITE COM CACAU	-BISCOITO DE POLVILHO -LEITE COM CACAU
MERENDA MANHÃ 09:20	- 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 -FRUTA	-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 -FRUTA	- ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJO CARIOQUINHA COZIDO - MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE E MILHO. - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-SOPA: MACARRÃO, MOLHO DE FRANGO, CENOURA, BATATA, MANDIOCA, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE E MOLHO BRANCO -FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 405 Kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET	
	66g	15g	14g		
	65%	15%	30%		

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

NOVEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA 03-11-2025	TERÇA-FEIRA 04-11-2025	QUARTA-FEIRA 05-11-2025	QUINTA-FEIRA 06-11-2025	SEXTA-FEIRA 07-11-2025
CAFÉ DA TARDE 12:20	-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
MERENDA TARDE 15:00	-SOPA: MACARRÃO, MOLHO DE FRANGO, CENOURA, BATATA, MANDIOCA, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE E MOLHO BRANCO -FRUTA	- ARROZ BRANCO COZIDO -FEIÃO CARIOQUINHA COZIDO -NHOQUE COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE E QUEIJO MUSSARELA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA EM CUBOS COZIDA COM POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE. - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIÃO CARIOQUINHA COZIDO -FILÉ DE FRANGO COZIDO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE E MOLHO BRANCO - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	- ARROZ BRANCO COZIDO -FEIÃO CARIOQUINHA COZIDO -MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE E MILHO. -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA
CAFÉ DA TARDE II 17:00	-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 semana I)	Energia (Kcal) 496 kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 79 g 65%	PTN (g) 10% a 15% do VET 17 g 15%	LPD (g) 15% a 30% do VET 15g 30%	
NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA, CRN:32296.					