

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

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 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 -FEIJOÃO 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 -FEIJOÃO 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 -FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO -FILÉ DE FRANGO COZIDO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE E MOLHO BRANCO - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	- ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJOÃO 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
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 -FEIJOÃO 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 -FEIJOÃO 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 -FEIJOÃO 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 -FEIJOÃO 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 17:10	-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)		Energia (Kcal)			
945 kcal		945 kcal			
		CHO (g)			
13,5 g 65%		55% a 65% do VET			
		PTN (g)			
		10% a 15% do VET			
		LPD (g)			
		15% a 30% do VET			
		32g 30%			
NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA, CRN:32296.					