

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE – EE PROFª VANIR  
FERRERO MORAES

**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL II - FAIXA ETÁRIA 11 Á 15 NOS - PERÍODO INTEGRAL 70%**

**Necessidades Alimentares Especiais:**

NOVEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA 10-11-2025	TERÇA-FEIRA 11-11-2025	QUARTA-FEIRA 12-11-2025	QUINTA-FEIRA 13-11-2025	SEXTA-FEIRA 14-11-2025
<b>CAFÉ DA MANHÃ 07:00</b>	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MUSSARELA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
<b>LANCHE DA MANHÃ 07:00</b>	-SUCO -PÃO COM MANTEIGA			-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -BISCOITO	-SUCO -PÃO COM MANTEIGA
<b>MERENDA MANHÃ 10:00</b>	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -OMELETE COM CENOURA E CHEIRO VERDE -SALADA CRUA, TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL	PÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA DESFIADA, CENOURA E POLPA DE TOMATE. SUCO -FRUTA	-PÃO COM MOLHO DE FRANGO, CENOURA, MILHO E POLPA DE TOMATE -SUCO -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -QUIBE ASSADO. -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -COXINHA DA ASA DE FRANGO COZIDA COM CENOURA, MILHO DE POLPA DE TOMATE -SALADA DE CRUA TEMPERADA COM AZEITE, VINAGRE E SAL
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	1656 kcal			
	<b>CHO (g)</b>	55% a 65% do VET	269 g 65%	62g 15%	15% a 30% do VET
					<b>LPD (g)</b>
					15% a 30% do VET
					55g 30%

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