

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE – MIRELE MICHELE**

**CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA - FAIXA ETÁRIA 03-05 ANOS - PERÍODO INTEGRAL 70%**

**Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE**

<b>FEVEREIRO/2026</b>					
	<b>SEGUNDA-FEIRA</b>	<b>TERÇA-FEIRA</b>	<b>QUARTA-FEIRA</b>	<b>QUINTA-FEIRA</b>	<b>SEXTA-FEIRA</b>
	<b>02-02-2026</b>	<b>03-02-2026</b>	<b>04-02-2026</b>	<b>05-02-2026</b>	<b>06-02-2026</b>
<b>CAFÉ DA MANHÃ 07:00</b>	- PÃO COM MANTEIGA - LEITE COM CACAU	- BOLO DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR -LEITE COM CACAU	-BOLO DE MAÇÃ COM CENOURA -LEITE COM CACAU	-BOLO DE BANANA SEM AÇÚCAR - LEITE COM CACAU	-BOLO SIMPLES SEM AÇÚCAR - LEITE COM CACAU
<b>MERENDA MANHÃ 09:45</b>	-ARROZ BRANCO COZIDO  -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO  -PURÊ DE BATATA COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA E POLPA DE TOMATE  -SALADA CRUA  -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO  -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO  -CARNE SUÍNA ACEBOLADA.  -SALADA CRUA  -SUCO	-MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO, CENOURA, POLPA DE TOMATE E MOLHO BRANCO.  -SALADA CRUA  -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO  -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO  -CARNE BOVINA EM CUBOS COZIDA COM MANDIOCA E POLPA DE TOMATE.  -SALADA CRUA  -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO  -POLENTA  -MOLHO DE SOBROXA DE FRANGO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE E MILHO  -SALADA CRUA  -FRUTA
<b>MAMADEIRA 11:00</b>	LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO  LEITE ZERO LACTOSE (NAE)	LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO  LEITE ZERO LACTOSE (NAE)	LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO  LEITE ZERO LACTOSE (NAE)	LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO  LEITE ZERO LACTOSE (NAE)	LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO  LEITE ZERO LACTOSE (NAE)
<b>CAFÉ DA TARDE 13:00</b>	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA

<b>MERENDA TARDE 15:20</b>	-ARROZ BRANCO COZIDO -POLENTA -MOLHO DE SOBREOXA DE FRANGO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE E MILHO -SALADA CRUA -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -PURÊ DE BATATA COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA E POLPA DE TOMATE -SALADA CRUA -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE SUÍNA ACEBOLADA -SALADA CRUA -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO DE FRANGO, CENOURA, POLPA DE TOMATE E MOLHO BRANCO. -SALADA CRUA -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA EM CUBOS COZIDA COM MANDIOCA E POLPA DE TOMATE. -SALADA CRUA -FRUTA
<b>CAFÉ DA TARDE 17:00</b>	- PÃO COM MANTEIGA - FRAPÊ DE LEITE COM CACAU	- BOLO DE MAÇÃ SEM AÇÚCAR - FRAPÊ DE LEITE COM CACAU	-BOLO DE MAÇÃ COM CENOURA -FRAPÊ DE LEITE COM CACAU	-BOLO DE BANANA SEM AÇÚCAR -FRAPÊ DE LEITE COM CACAU	-BOLO SIMPLES SEM AÇÚCAR -FRAPÊ DE LEITE COM CACAU

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	706 Kcal	115g 65%%	27g 15%	24g 30%	147	9,1	350	2,1

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