

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

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE

ABRIL/2026

	SEGUNDA-FEIRA 19-05-2026	TERÇA-FEIRA 20-05-2026	QUARTA-FEIRA 21-05-2026	QUINTA-FEIRA 22-05-2026	SEXTA-FEIRA 23-05-2026
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 06:50	-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 DOCE	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA	-LEITE INTEGRAL COM CHOCOLATE 50% CACAU -PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA
<b>MERENDA MANHÃ</b> 09:45 <b>MERENDA TARDE</b> 15:00	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA EM CUBOS COM MANDIOCA -SALADA CRUA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -NHOQUE COM MOLHO DE CARNE, MOLHO DE TOMATE E QUEIJO MUSSARELA -SALADA CRUA -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FILÉ DE PEIXE ASSADO COM TOMATE E CEBOLA. -SALADA CRUA -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FILÉ DE PEITO DE FRANGO ACEBOLADO -SALADA CRUA -FRUTA	-MACARRÃO COM MOLHO E CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA E POLPA DE TOMATE-SALADA CRUA -SALADA CRUA
<b>CAFÉ DA TARDE</b> 12:15	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -PÃO COM MANTEIGA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA -BISCOITO SALGADO	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA PÃO COM MANTEIGA	-FRAPÊ DE LEITE INTEGRAL COM POLPA DE FRUTA PÃO COM MANTEIGA
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b> 493 kcal	<b>CHO (g)</b> 55% a 65% do VET	<b>PTN (g)</b> 10% a 15% do VET	<b>LPD (g)</b> 15% a 30% do VET	
		80 g	18g	16g	
		65%	15%	30%	

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