PREFEITURA MUNICIPAL DE QUILOMBO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO FUNDAMENTAL

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 6 a 10 ANOS
PERÍODO PARCIAL

SETEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	01/09	**02/09**	**03/09**	**04/09**	**05/09**
Lanche Manhã: 09:25 Tarde: 14:55	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com frango Banana	Arroz e feijão com carne de gado em molho Salada de Alface	Sopa de feijão com arroz	Bolacha de fubá Suco de laranja Maçã

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
	303,52	44,96g 59%	9,97g 13%	7,28g 22%

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	08/09	**09/09**	**10/09**	**11/09**	**12/09**
Lanche Manhã: 09:25 Tarde: 14:55	Polenta com carne moída em molho Salada de alface	Pão com mel Banana	Arroz e feijão com carne suína acebolada Salada de repolho	Macarrão frango em molho Salada de alface	Bolacha caseira Suco de laranja Maçã

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
	300,60	46,25g 61%	9,38g 12%	5,64g 16%

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista
Para intolerantes à lactose substituir leite por leite zero lactose

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218

PREFEITURA MUNICIPAL DE QUILOMBO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO FUNDAMENTAL

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 6 a 10 ANOS
PERÍODO PARCIAL

SETEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	15/09	**16/09**	**17/09**	**18/09**	**19/09**
Lanche Manhã: 09:25 Tarde: 14:55	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Banana	Arroz e feijão com omelete Salada de Alface	Sopa de feijão com arroz	Cuca Iogurte Maçã

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
	303,52	44,96g 59%	9,97g 13%	7,28g 22%

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	22/09	**23/09**	**24/09**	**25/09**	**26/09**
Lanche Manhã: 09:25 Tarde: 14:55	Polenta com carne suína moída em molho Queijo Salada de alface	Pão com frango Banana	Arroz e feijão com carne suína acebolada Salada de repolho	Macarrão com frango Salada de alface	Bolacha de maisena Suco de laranja Maçã

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
	300,60	46,25g 61%	9,38g 12%	5,64g 16%

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Sujeito a alterações com ciente do nutricionista

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218

PREFEITURA MUNICIPAL DE QUILOMBO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO INTEGRAL SETEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	01/09	**02/09**	**05/09**
LANCHE DA MANHÃ	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com frango Banana	Bolacha de fubá Suco de laranja Maçã
ALMOÇO	Arroz, feijão, batatinha em molho, farofa e salada	Arroz, feijão, polenta com carne suína acebolada e salada	Arroz e feijão, linguiça com batatinha assada e salada
LANCHE DA TARDE	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com frango Banana	Bolacha de fubá Suco de laranja Maçã

	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
Composição nutricional Média semanal	1159,74	163g 56%	39g 13%	28g 21%

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218

PREFEITURA MUNICIPAL DE QUILOMBO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO INTEGRAL SETEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	08/09	**09/09**	**12/09**
LANCHE DA MANHÃ	Polenta com carne moída em molho Salada de alface	Pão com mel Banana	Bolacha caseira Suco de laranja Maçã
ALMOÇO	Arroz e feijão, iscas de frango em molho e salada	Arroz e feijão, coxa e sobrecoxa de frango com batatinha assada e salada	Arroz, feijão, carne suína moída com legumes (cenoura e batatinha) em molho e salada
LANCHE DA TARDE	Polenta com carne moída em molho Salada de alface	Pão com mel Banana	Bolacha caseira Suco de laranja Maçã

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
		161g	37g	33g
	1128,21	57%	13%	26%

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218

PREFEITURA MUNICIPAL DE QUILOMBO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO INTEGRAL SETEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	15/09	**16/09**	**19/09**
LANCHE DA MANHÃ	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Banana	Cuca Iogurte Maçã
ALMOÇO	Arroz, feijão, lasanha de carne moída e salada Fruta	Arroz, feijão, carne bovina acebolada, farofa e salada	Arroz, feijão, polenta com carne suína acebolada e salada
LANCHE DA TARDE	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Banana	Cuca Iogurte Maçã

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
	1159,74	163g 56%	39g 13%	28g 21%

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218

PREFEITURA MUNICIPAL DE QUILOMBO
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO INTEGRAL SETEMBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	22/09	**23/09**	**26/09**
LANCHE DA MANHÃ	Polenta com carne suína moída em molho Queijo Salada de alface	Pão com frango Banana	Bolacha de maisena Suco de laranja Maçã
ALMOÇO	Arroz, feijão, carne em cubos com mandioca em molho e salada	Arroz, feijão, batatinha em molho, farofa e salada	Arroz, feijão, carne suína acebolada e salada
LANCHE DA TARDE	Polenta com carne suína moída em molho Queijo Salada de alface	Pão com frango Banana	Bolacha de maisena Suco de laranja Maçã

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
	1159,74	163g 56%	39g 13%	28g 21%

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218