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

OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	29/09	**30/09**	**01/10**	**02/10**	**03/10**
Lanche Manhã: 09:25 Tarde: 14:55	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Banana	Arroz e feijão com carne de gado em molho Salada de Alface	Macarrão frango em molho Salada de alface	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
	06/10	**07/10**	**08/10**	**09/10**	**10/10**
Lanche Manhã: 09:25 Tarde: 14:55	FERIADO DIA DO MUNICÍPIO	Pão com doce de fruta Banana	Arroz e feijão com carne suína acebolada Salada de repolho	Polenta com carne moída em molho Salada de alface	Mini pizza Suco de uva 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

OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	13/10	**14/10**	**15/10**	**16/10**	**17/10**
Lanche Manhã: 09:25 Tarde: 14:55	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Banana	Arroz e feijão com carne de gado em molho Salada de Alface	Sopa de feijão com arroz	Cuca 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
	20/10	**21/10**	**22/10**	**23/10**	**24/10**
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	Sucrilhos Leite 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 OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	29/09	**30/09**	**03/10**
LANCHE DA MANHÃ	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Banana	Bolacha de fubá Suco de laranja Maçã
ALMOÇO	Arroz, feijão, carne moída com batatinha em molho, farofa e salada	Arroz, feijão, polenta com carne suína acebolada e salada	Arroz e feijão, massa com frango em molho e salada
LANCHE DA TARDE	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Banana	Bolacha de fubá Suco de laranja Maçã

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
	163g	39g	28g	
	1159,74	56%	13%	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 OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	06/10	**07/10**	**10/10**
LANCHE DA MANHÃ	FERIADO DIA DO MUNICÍPIO	Pão com doce de fruta Banana	Mini pizza Suco de uva Maçã
ALMOÇO	Arroz, feijão, purê de mandioca com carne suína moída em molho e salada	Arroz e feijão, coxa e sobrecoxa de frango com batatinha assada e salada	Arroz e feijão, iscas de tilápia em molho e salada
LANCHE DA TARDE	FERIADO DIA DO MUNICÍPIO	Pão com doce de fruta Banana	Mini pizza Suco de uva Maçã

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
	1128,21	161g 57%	37g 13%	33g 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 OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	13/10	**14/10**	**17/10**
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 OUTUBRO/2025

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA
	20/10	**21/10**	**24/10**
LANCHE DA MANHÃ	Polenta com carne suína moída em molho Queijo Salada de alface	Pão com frango Banana	Sucrilhos Leite Maçã
ALMOÇO	Arroz e feijão, massa com frango em molho e salada	Arroz, feijão, omelete 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	Sucrilhos Leite Maçã

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