






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

CARDÁPIO ENSINO MÉDIO

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 15 a 18 ANOS
PERÍODO INTEGRAL
ABRIL/2023

	SEGUNDA 03 e 10/04	TERÇA 04 e 11/04	QUARTA 05 e 12/04	QUINTA 06 e 13/04	SEXTA 07 e 14/04
CAFÉ MANHÃ		Pão caseiro Queijo/Café/Leite	Pão caseiro Melado/Café/Leite	Pão caseiro Queijo/Café/Leite	Pão caseiro Melado/Café/Leite
LANCHE DA MANHÃ	Bolacha caseira de limão Café com leite	Bolo de cenoura Leite e cacau	Cuca Café com leite	Bolo de açúcar mascavo Leite e cacau	Pão francês carne moída Suco de abacaxi
ALMOÇO	Polenta com carne moída em molho, arroz e salada	Arroz e feijão, carne suína e salada	Risoto de frango, batatinha assada e salada	Arroz e feijão, omelete e salada	Macarrão com molho de frango e salada
LANCHE DA TARDE 1	Bolo salgado de frango Café	Canjica doce Banana	Bolacha caseira de fubá Suco de laranja	Bolo salgado de carne moída Café	Torta de legumes Suco de uva
LANCHE DA TARDE 2	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	
JANTA	Carreteiro com carne de gado	Macarrão com carne moída em molho	Polenta com carne suína	Risoto de frango	

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


Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
	2349,71	353,6g	79,83g	68,28g
		60,19%	13,58%	26,15%

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218



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

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 15 a 18 ANOS
PERÍODO INTEGRAL
ABRIL/2023

	SEGUNDA 17 e 24/04	TERÇA 18 e 25/04	QUARTA 19 e 26/04	QUINTA 20 e 27/04	SEXTA 21 e 28/04
CAFÉ MANHÃ		Pão caseiro Queijo/Café/Leite	Pão caseiro Melado/Café/Leite	Pão caseiro Queijo/Café/Leite	Pão caseiro Melado/Café/Leite
LANCHE DA MANHÃ	Bolacha caseira de maisena Leite e cacau	Bolo de cacau Café com leite	Cuca Leite e cacau	Bolo de fubá Suco de laranja	Torta de legumes Suco de uva
ALMOÇO	Risoto de frango e salada	Arroz e feijão, estrogonofe de gado e salada	Polenta com carne moída em molho, arroz e salada	Macarrão com molho de carne moída, feijão e salada	Arroz e feijão, coxa e sobrecosta de frango assada e salada
LANCHE DA TARDE 1	Bolo salgado com carne moída Café	Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Suco de abacaxi	Pão com doce de frutas Frutas	Bolacha caseira de açúcar mascavo Suco de abacaxi	Bolo de cenoura Café com leite
LANCHE DA TARDE 2	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	
JANTA	Macarrão com frango em molho	Polenta com carne suína	Carreteiro com carne de gado	Risoto de frango	

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



Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
	2367,23	354,29g	76,89g	69,10g
		59,86%	12,99%	26,27%

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218



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

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 11 a 14 ANOS
PERÍODO INTEGRAL
ABRIL/2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	03 e 10/04	04 e 11/04	05 e 12/04	06 e 13/04	07 e 14/04
LANCHE DA MANHÃ	Bolacha caseira de limão Café com leite	Bolo de cenoura Leite e cacau	Cuca Café com leite	Bolo de açúcar mascavo Leite e cacau	Pão francês carne moída Suco de abacaxi
ALMOÇO	Polenta com carne moída em molho, arroz e salada	Arroz e feijão, carne suína e salada	Risoto de frango, batatinha assada e salada	Arroz e feijão, omelete e salada	
LANCHE DA TARDE 1	Bolo salgado de frango Café	Canjica doce Banana	Bolacha caseira de fubá Suco de laranja	Bolo salgado de carne moída Café	

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



Composição nutricional	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
Média semanal	1627,09	243,07g	55,74g	47,21g
		59,75%	13,70%	26,11%

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218



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

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 11 a 14 ANOS
PERÍODO INTEGRAL
ABRIL/2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	17 e 24/04	18 e 25/04	19 e 26/04	20 e 27/04	21 e 28/04
LANCHE DA MANHÃ	Bolacha caseira de maisena Leite e cacau	Bolo de cacau Café com leite	Cuca Leite e cacau	Bolo de fubá Suco de laranja	Bolacha caseira de limão Café com leite
ALMOÇO	Risoto de frango e salada	Arroz e feijão, estrogonofe de gado e salada	Polenta com carne moída em molho, arroz e salada	Macarrão com molho de carne moída, feijão e salada	
LANCHE DA TARDE 1	Bolo salgado com carne moída Café	Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Suco de abacaxi	Pão com doce de frutas Frutas	Bolacha caseira de açúcar mascavo Suco de abacaxi	

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

Composição nutricional	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
Média semanal	1575,64	236,34g	51,20g	45,51g
		60%	13%	26%

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218