



CARDÁPIO ENSINO MÉDIO

	SEGUNDA 29/05	TERÇA 30/05	QUARTA 31/05	QUINTA 01/06	SEXTA 02/06
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 fubá Café	Bolo de cenoura Leite e cacau	Cuca Café	Bolo de açúcar mascavo Leite e cacau	Pão francês carne moída Chá de abacaxi
ALMOÇO	Arroz, lentilha e batatinha em molho e salada	Arroz e feijão, carne suína e salada	Risoto de frango e salada	Macarrão com frango em molho e salada	Arroz e feijão, omelete e salada
LANCHE DA TARDE 1	Bolo salgado de frango Suco de laranja	Sagu de uva Creme branco	Bolacha caseira de maisena Chá de maçã	Leite com sucrilhos	Biscoitos Maria e cream cracker Café
LANCHE DA TARDE 2	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	
JANTA	Sopa de legumes	Macarrão com carne moída em molho	Polenta com peixe assado	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



CARDÁPIO ENSINO MÉDIO

	SEGUNDA 05/06	TERÇA 06/06	QUARTA 07/06	QUINTA 08/06	SEXTA 09/06
CAFÉ MANHÃ		Pão caseiro Queijo/Café/Leite	Pão caseiro Melado/Café/Leite		
LANCHE DA MANHÃ	Bolacha caseira de fubá Café	Bolo de cenoura Leite e cacau	Cuca Café		
ALMOÇO	Risoto de frango e salada	Macarrão com frango em molho, feijão e salada	Arroz, feijão e carne em cubos em molho e salada		
LANCHE DA TARDE 1	Bolo salgado de frango Suco de laranja	Torta de legumes Suco de uva	Bolacha caseira de maisena Chá de maçã	FERIADO CORPUS CHRISTI	NÃO TEM AULA
LANCHE DA TARDE 2	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)		
JANTA	Sopa de legumes	Macarrão com carne moída em molho	Polenta com peixe assado		

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
JUNHO/2023

	SEGUNDA 12 e 19/06	TERÇA 13 e 20/06	QUARTA 14 e 21/06	QUINTA 15 e 22/06	SEXTA 16 e 23/06
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 açúcar mascavo Leite e cacau	Bolo de cacau Café	Cuca Leite e cacau	Bolo de fubá Café	Torta de legumes Chá de maçã
ALMOÇO	Risoto de frango e salada	Arroz e feijão, cubos de carne de gado em molho e salada	Arroz, lentilha com carne moída e batatinha em molho e salada	Arroz e feijão, coxa e sobrecoxa de frango assada 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 laranja	Pão com doce de frutas Frutas	Bolacha caseira de limão Chá de abacaxi	Biscoitos Maria e cream cracker Café
LANCHE DA TARDE 2	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	
JANTA	Macarrão com frango em molho	Polenta com peixe assado	Sopa de legumes	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

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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	29/05	30/05	31/05	01/06	02/06
LANCHE DA MANHÃ	Bolacha caseira de fubá Café	Bolo de cenoura Leite e cacau	Cuca Café	Bolo de açúcar mascavo Leite e cacau	Pão francês carne moída Chá de abacaxi
ALMOÇO	Arroz, lentilha e batatinha em molho e salada	Arroz e feijão, carne suína e salada	Risoto de frango e salada	Macarrão com frango em molho e salada	
LANCHE DA TARDE 1	Bolo salgado de frango Suco de laranja	Sagu de uva Creme branco	Bolacha caseira de maisena Chá de maçã	Leite com sucrilhos	

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

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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	05/06	06/06	07/06	08/06	09/06
LANCHE DA MANHÃ	Bolacha caseira de fubá Café	Bolo de cenoura Leite e cacau	Cuca Café		
ALMOÇO	Risoto de frango e salada	Macarrão com frango em molho, feijão e salada	Arroz, feijão e carne em cubos em molho e salada	FERIADO CORPUS CHRISTI	NÃO TEM AULA
LANCHE DA TARDE 1	Bolo salgado de frango Suco de laranja	Torta de legumes Suco de uva	Bolacha caseira de maisena Chá de maçã		

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



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	12 e 19/06	13 e 20/06	14 e 21/06	15 e 22/06	16 e 23/06
LANCHE DA MANHÃ	Bolacha caseira de açúcar mascavo Leite e cacau	Bolo de cacau Café	Cuca Leite e cacau	Bolo de fubá Café	Torta de legumes Chá de maçã
ALMOÇO	Risoto de frango e salada	Arroz e feijão, cubos de carne de gado em molho e salada	Arroz, lentilha com carne moída e batatinha em molho e salada	Arroz e feijão, coxa e sobrecoxa 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 laranja	Pão com doce de frutas Frutas	Bolacha caseira de limão Chá 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