






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/2024**

	SEGUNDA 01 e 08/04	TERÇA 02 e 09/04	QUARTA 03 e 10/04	QUINTA 04 e 11/04	SEXTA 05 e 12/04
<b>CAFÉ MANHÃ</b>		Pão caseiro Queijo/Café/Leite Frutas	Pão caseiro Melado/Café/Leite Frutas	Pão caseiro Queijo/Café/Leite Frutas	Pão caseiro Melado/Café/Leite Frutas
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Bolacha caseira de Limão Café com leite	Bolo de cacau Café	Bolacha caseira de maisena Leite com cacau	Cuca Café com leite	Pão francês carne moída Café
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão, farofa e cubos de carne de gado em molho e salada	Arroz, feijão, polenta com carne suína e salada	Risoto, batatinha assada e salada	Macarrão com molho de frango, lentilha e salada	Arroz e feijão, coxa e sobrecoxa de frango assada e salada
<b>LANCHE DA TARDE 1</b>	Bolo salgado de carne moída Café	Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Suco de uva	Bolo de cenoura Café	Torta de bolacha	Torta de legumes Frutas
<b>LANCHE DA TARDE 2</b>	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	
<b>JANTA</b>	Risoto de frango	Macarrão com carne moída	Arroz, panqueca (recheio de frango ou carne moída)	Polenta com filé de tilápia	

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)
	2309,57	354,2g	80,83g	69,28g
		61%	14%	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 MÉDIO**

ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA 15 a 18 ANOS  
PERÍODO INTEGRAL  
**ABRIL/2024**

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	15 e 22/04	16 e 23/04	17 e 24/04	18 e 25/04	19 e 26/04
<b>CAFÉ MANHÃ</b>		Pão caseiro Queijo/Café/Leite Frutas	Pão caseiro Melado/Café/Leite Frutas	Pão caseiro Queijo/Café/Leite Frutas	Pão caseiro Melado/Café/Leite Frutas
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Bolacha caseira de açúcar mascavo Café com leite	Bolo de cacau Café	Pão com mel Leite e cacau	Cuca Café com leite	Bolacha caseira de fubá Café
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão, macarrão com frango em molho e salada	Arroz e lentilha, carne em cubos me molho e salada	Arroz, feijão, mandioca com carne suína e salada	Arroz, feijão, estrogonofe de frango e salada	Arroz e feijão, omelete e salada
<b>LANCHE DA TARDE 1</b>	Bolo salgado de carne moída Café	Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Suco de uva	Bolo de fubá Frutas	Pão de queijo Café	Torta de legumes Frutas
<b>LANCHE DA TARDE 2</b>	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	Frutas (banana, maçã)	
<b>JANTA</b>	Risoto de frango	Polenta com filé de tilápia	Macarrão com carne moída	Arroz, panqueca (recheio de frango ou carne moída)	

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	2375,29	356,29g	77,19g	68,61g
		60%	13%	26%

*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/2024**

	SEGUNDA 01 e 08/04	TERÇA 02 e 09/04	QUARTA 03 e 10/04	QUINTA 04 e 11/04	SEXTA 05 e 12/04
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Bolacha caseira de Limão Café com leite	Bolo de cacau Café	Bolacha caseira de maisena Leite com cacau	Cuca Café com leite	Pão francês carne moída Café
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão, farofa e cubos de carne de gado em molho e salada	Arroz, feijão, polenta com carne suína e salada	Risoto, batatinha assada e salada	Macarrão com molho de frango, lentilha e salada	
<b>LANCHE DA TARDE 1</b>	Bolo salgado de carne moída Café	Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Suco de uva	Bolo de cenoura Café	Torta de bolacha	

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	1607,05	245,07g	56,24g	48,21g
		61%	14%	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/2024**

	SEGUNDA 15 e 22/04	TERÇA 16 e 23/04	QUARTA 17 e 24/04	QUINTA 18 e 25/04	SEXTA 19 e 26/04
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Bolacha caseira de açúcar mascavo Café com leite	Bolo de cacau Café	Pão com mel Leite e cacau	Cuca Café com leite	Bolacha caseira de fubá Café
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão, macarrão com frango em molho e salada	Arroz e lentilha, carne em cubos me molho e salada	Arroz, feijão, mandioca com carne suína e salada	Arroz, feijão, estrogonofe de frango e salada	
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Bolo salgado de carne moída Café	Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Suco de uva	Bolo de fubá Frutas	Pão de queijo 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	1575,64	236,34g	51,20g	45,51g
		60%	13%	26%

*Luana Provensi*  
LUANA PROVENSI  
CRN10 5218