






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/2024

| | SEGUNDA 27/05 e 03/06 | TERÇA 28/05 e 04/06 | QUARTA 29/05 e 05/06 | QUINTA 06/06 | SEXTA 31/05 e 07/06 |
|--------------------------|---|---|---|--|---|
| CAFÉ MANHÃ |  | Pão caseiro Queijo/Café/Leite Frutas | Pão caseiro Doce de fruta/Café/Leite Frutas | Pão caseiro Queijo/Café/Leite Frutas | Pão caseiro Doce de fruta/Café/Leite Frutas |
| LANCHE DA MANHÃ | Biscoito doce e salgado Café com leite | Bolo de cacau Café | Bolacha de fubá Leite com cacau | Cuca Café com leite | Pão francês carne moída Café |
| ALMOÇO | 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 carioca, coxa e sobrecoxa de frango assada e salada |
| LANCHE DA TARDE 1 | Bolo salgado de carne moída Café | Bolo salgado de frango Chá de maçã | Cuquinha recheada Café | Bolo de cenoura Chá de abacaxi | Bolacha de maisena Frutas |
| LANCHE DA TARDE 2 | Frutas (banana, maçã) | Frutas (banana, maçã) | Frutas (banana, maçã) | Frutas (banana, maçã) |  |
| JANTA | 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
JUNHO/2024

| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|--------------------------|---|--|--|--|---|
| | 10 e 17/06 | 11 e 18/06 | 12 e 19/06 | 13 e 20/06 | 14 e 21/06 |
| CAFÉ MANHÃ |  | Pão caseiro Queijo/Café/Leite Frutas | Pão caseiro Melado/Café/Leite Frutas | Pão caseiro Queijo/Café/Leite Frutas | Pão caseiro Melado/Café/Leite Frutas |
| LANCHE DA MANHÃ | Bolacha caseira Café com leite | Bolo de cacau Café | Pão com mel Leite e cacau | Cuca Café com leite | Bolacha de fubá Café |
| ALMOÇO | Arroz, feijão, macarrão com frango em molho e salada | Arroz e feijão carioca, carne em cubos em molho e salada | Arroz, feijão, mandioca com carne suína e salada | Arroz, feijão, estrogonofe de frango e salada | Arroz e feijão, omelete e salada |
| LANCHE DA TARDE 1 | Bolo salgado de carne moída Chá de maçã | Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Café | Bolo de fubá Chá de abacaxi Frutas | Canjica Biscoito doce Frutas | Torta de legumes Frutas |
| LANCHE DA TARDE 2 | Frutas (banana, maçã) | Frutas (banana, maçã) | Frutas (banana, maçã) | Frutas (banana, maçã) |  |
| JANTA | 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 ciência do nutricionista

| Composição nutricional Média semanal | Energia (Kcal) | CHO (g) | PNT (g) | LPD (g) |
|---|-------------------|---------|---------|---------|
| | 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 MÉDIO

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

| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|--------------------------|---|--|--|--|---|
| | 24/06 | 25/06 | 26/06 | 27/06 | 28/06 |
| CAFÉ MANHÃ |  | Pão caseiro Queijo/Café/Leite Frutas | Pão caseiro Melado/Café/Leite Frutas | Pão caseiro Queijo/Café/Leite Frutas | Pão caseiro Melado/Café/Leite Frutas |
| LANCHE DA MANHÃ | Bolacha caseira Café com leite | Bolo de cacau Café | Pão com mel Leite e cacau | Cuca Café com leite | Bolacha de fubá Café |
| ALMOÇO | Arroz, feijão, macarrão com frango em molho e salada | Arroz e feijão carioca, carne em cubos em molho e salada | Arroz, feijão, mandioca com carne suína e salada | Arroz, feijão, estrogonofe de frango e salada | Arroz e feijão, omelete e salada |
| LANCHE DA TARDE 1 | Bolo salgado de carne moída Chá de maçã | Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Café | Bolo de fubá Chá de abacaxi Frutas | Canjica Biscoito doce Frutas | Torta de legumes Frutas |
| LANCHE DA TARDE 2 | Frutas (banana, maçã) | Frutas (banana, maçã) | Frutas (banana, maçã) | Frutas (banana, maçã) |  |
| JANTA | 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 ciência do nutricionista



| Composição nutricional Média semanal | Energia (Kcal) | CHO (g) | PNT (g) | LPD (g) |
|---|-------------------|---------|---------|---------|
| | 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
JUNHO/2024

| | SEGUNDA 27/05 e 03/06 | TERÇA 28/05 e 04/06 | QUARTA 29/05 e 05/06 | QUINTA 06/06 | SEXTA 31/05 e 07/06 |
|--------------------------|--|---|------------------------------------|---|---|
| LANCHE DA MANHÃ | Biscoito doce e salgado Café com leite | Bolo de cacau Café | Bolacha de fubá Leite com cacau | Cuca Café com leite | Pão francês carne moída Café |
| ALMOÇO | 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 |  |
| LANCHE DA TARDE 1 | Bolo salgado de carne moída Café | Bolo salgado de frango Chá de maçã | Cuquinha recheada Café | Bolo de cenoura 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 | 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
JUNHO/2024

| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|------------------------|--|--|---|--|---|
| | 10 e 17/06 | 11 e 18/06 | 12 e 19/06 | 13 e 20/06 | 14 e 21/06 |
| LANCHE DA MANHÃ | Bolacha caseira Café com leite | Bolo de cacau Café | Pão com mel Leite e cacau | Cuca Café com leite | Bolacha de fubá Café |
| ALMOÇO | Arroz, feijão, macarrão com frango em molho e salada | Arroz e feijão carioca, carne em cubos em molho e salada | Arroz, feijão, mandioca com carne suína e salada | Arroz, feijão, estrogonofe de frango e salada |  |
| LANCHE DA TARDE | Bolo salgado de carne moída Chá de maçã | Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Café | Bolo de fubá Chá de abacaxi Frutas | Canjica Biscoito doce Frutas |  |

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



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
JUNHO/2024

| | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|------------------------|--|--|---|--|---|
| | 24/06 | 25/06 | 26/06 | 27/06 | 28/06 |
| LANCHE DA MANHÃ | Bolacha caseira Café com leite | Bolo de cacau Café | Pão com mel Leite e cacau | Cuca Café com leite | Bolacha de fubá Café |
| ALMOÇO | Arroz, feijão, macarrão com frango em molho e salada | Arroz e feijão carioca, carne em cubos em molho e salada | Arroz, feijão, mandioca com carne suína e salada | Arroz, feijão, estrogonofe de frango e salada |  |
| LANCHE DA TARDE | Bolo salgado de carne moída Chá de maçã | Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Café | Bolo de fubá Chá de abacaxi Frutas | Canjica Biscoito doce Frutas |  |

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