



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
MAIO/2024

	SEGUNDA 29/04 e 06/05	TERÇA 30/04 e 07/05	QUARTA 08/05	QUINTA 02 e 09/05	SEXTA 03 e 10/05
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	Bolacha caseira Café com leite	Bolo de cacau Café	Bolacha caseira de maisena 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 peixe ensopado 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
LANCHE DA TARDE 1	Bolo salgado de carne moída Café	Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Suco de uva	Cuquinha recheada Café	Bolo de cenoura Café	Torta de legumes 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



CARDÁPIO ENSINO MÉDIO

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13 e 20/05	14 e 21/05	15 e 22/05	16 e 23/05	17 e 24/05
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 caseira de fubá Café
ALMOÇO	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
LANCHE DA TARDE 1	Bolo salgado de carne moída Café	Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Suco de uva	Bolo de fubá Frutas	Leite e sucrilhos	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 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
MAIO/2024

	SEGUNDA 29/04 e 06/05	TERÇA 30/04 e 07/05	QUARTA 08/05	QUINTA 02 e 09/05	SEXTA 03 e 10/05
LANCHE DA MANHÃ	Bolacha caseira Café com leite	Bolo de cacau Café	Bolacha caseira de maisena 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 peixe ensopado 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	Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Suco de uva	Cuquinha recheada Café	Bolo de cenoura 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	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
MAIO/2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	13 e 20/05	14 e 21/05	15 e 22/05	16 e 23/05	17 e 24/05
LANCHE DA MANHÃ	Bolacha caseira Café com leite	Bolo de cacau Café	Pão com mel Leite e cacau	Cuca Café com leite	Bolacha caseira de fubá Café
ALMOÇO	Arroz, feijão, macarrão com frango em molho e salada	Arroz e lentilha, 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 Café	Pizza de frango (frango, tomate, queijo e orégano) Suco de uva	Bolo de fubá Frutas	Leite e 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	1575,64	236,34g	51,20g	45,51g
		60%	13%	26%

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218