



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

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 6 a 10 ANOS
PERÍODO PARCIAL
SETEMBRO/2024

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
26/08	27/08	28/08	29/08	30/08

Lanche
Manhã: 09:25
Tarde: 14:55

Risoto de frango
Salada de repolho

Pão com frango
Maçã

Arroz e feijão com carne
de gado em molho
Salada de Alface

Bolacha de fubá
Banana

Polenta com carne
moída em molho
Salada de alface

Composição nutricional
Média semanal

Energia
(Kcal)

CHO (g)

PNT (g)

LPD (g)

44,96g

9,97g

7,28g

303,52

59%

13%

22%

SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
02/09	03/09	04/09	05/09	06/09

Lanche
Manhã: 09:25
Tarde: 14:55

Macarrão com frango
Salada de alface

Pão com doce de
fruta
Maçã

Arroz e feijão com carne
suína em molho
Salada de repolho

Bolacha caseira
Banana

Arroz, carne cubos em
molho e salada de
alface

Composição nutricional
Média semanal

Energia
(Kcal)

CHO (g)

PNT (g)

LPD (g)

46,25g

9,38g

5,64g

300,60

61%

12%

16%



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

ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 6 a 10 ANOS
PERÍODO PARCIAL
SETEMBRO/2024

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	09/09	10/09	11/09	12/09	13/09
Lanche Manhã: 09:25 Tarde: 14:55	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Maçã	Arroz e feijão com carne de gado em molho Salada de Alface	Cuca Banana	Sopa de feijão com massa
Composição nutricional Média semanal		Energia (Kcal) 303,52	CHO (g) 44,96g 59%	PNT (g) 9,97g 13%	LPD (g) 7,28g 22%
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	16/09	17/09	18/09	19/09	20/09
Lanche Manhã: 09:25 Tarde: 14:55	Polenta com carne moída em molho Queijo Salada de alface	Pão com carne moída Maçã	Arroz e feijão com frango Salada de repolho	Bolacha de maisena Banana	Macarrão com frango Salada de alface
Composição nutricional Média semanal		Energia (Kcal) 300,60	CHO (g) 46,25g 61%	PNT (g) 9,38g 12%	LPD (g) 5,64g 16%

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

Luana Provensi
LUANA PROVENSI
CRN10 5218



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	
	26/08	27/08	29/08	
LANCHE DA MANHÃ	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com frango Maçã	Bolacha de fubá Banana	
ALMOÇO	Arroz e feijão, purê de mandioca, carne cubos em molho e salada	Arroz, feijão, macarrão com frango em molho e salada	Arroz e feijão, coxa e sobrecoxa de frango com batatinha assada e salada	
LANCHE DA TARDE	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com frango Maçã	Bolacha de fubá Banana	
Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal) 1159,74	CHO (g) 163g 56%	PNT (g) 39g 13%	LPD (g) 28g 21%

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



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	
	02/09	03/09	05/09	
LANCHE DA MANHÃ	Macarrão com frango Salada de alface	Pão com doce de fruta Maçã	Bolacha caseira Banana	
ALMOÇO	Arroz, feijão, polenta com carne suína e salada	Arroz e feijão, coxa e sobrecoxa de frango com batatinha assada e salada	Arroz e feijão, lasanha de carne moída com massa de panqueca em molho e salada	
LANCHE DA TARDE	Macarrão com frango Salada de alface	Pão com doce de fruta Maçã	Bolacha caseira Banana	
Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal) 1128,21	CHO (g) 161g 57%	PNT (g) 37g 13%	LPD (g) 33g 26%



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	
	09/09	10/09	12/09	
LANCHE DA MANHÃ	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Maçã	Cuca Banana	
ALMOÇO	Arroz e feijão, farofa, carne cubos em molho e salada	Arroz, feijão, macarrão com frango em molho e salada	Arroz e feijão carioca, coxa e sobrecoxa de frango com batatinha assada e salada	
LANCHE DA TARDE	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Maçã	Cuca Banana	
Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal) 1159,74	CHO (g) 163g 56%	PNT (g) 39g 13%	LPD (g) 28g 21%

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



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	
	16/09	17/09	19/09	
LANCHE DA MANHÃ	Polenta com carne moída em molho Queijo Salada de alface	Pão com carne moída Maçã	Bolacha de maisena Banana	
ALMOÇO	Arroz, feijão, polenta com carne suína e salada	Arroz e feijão, coxa e sobrecoxa de frango com batatinha assada e salada	Arroz e feijão, lasanha de carne moída com massa de panqueca em molho e salada	
LANCHE DA TARDE	Polenta com carne moída em molho Queijo Salada de alface	Pão com carne moída Maçã	Bolacha de maisena Banana	
Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal) 1159,74	CHO (g) 163g 56%	PNT (g) 39g 13%	LPD (g) 28g 21%

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