



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  
**NOVEMBRO/2024**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	21/10	22/10	23/10	24/10	25/10
<b>Lanche</b> <b>Manhã: 09:25</b> <b>Tarde: 14:55</b>	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 Suco de Laranja Banana	Polenta com carne moída em molho Salada de alface
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
	28/10	29/10	30/10	31/10	01/11
<b>Lanche</b> <b>Manhã: 09:25</b> <b>Tarde: 14:55</b>	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 Suco de laranja Banana	Arroz, carne cubos em molho e 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



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  
**NOVEMBRO/2024**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	04/11	05/11	06/11	07/11	08/11
<b>Lanche</b> 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	Leite com sucrilhos Banana	Bolo de cacau Suco de laranja
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
	11/11	12/11	13/11	14/11	15/11
<b>Lanche</b> Manhã: 09:25 Tarde: 14:55	Polenta com carne moída em molho Queijo Salada de alface	Pão com frango Maçã	Arroz e feijão com omelete Salada de repolho	Cuca Suco de uva Banana	PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA
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	
	21/10	22/10	24/10	
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com frango Maçã	Bolacha de fubá Suco de Laranja Banana	
<b>ALMOÇO</b>	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	
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com frango Maçã	Bolacha de fubá Suco de Laranja 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	
	28/10	29/10	31/10	
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Macarrão com frango Salada de alface	Pão com doce de fruta Maçã	Bolacha caseira Suco de laranja Banana	
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão, polenta com carne suína e salada	Arroz e feijão, coxa e sobrecoxa de frango com batatinha assada e salada	Arroz, lasanha de carne moída com massa de panqueca em molho e salada	
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Macarrão com frango Salada de alface	Pão com doce de fruta Maçã	Bolacha caseira Suco de laranja Banana	
Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)  1128,21	CHO (g)  161g  57%	PNT (g)  37g  13%	LPD (g)  33g  26%

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	
	04/11	05/11	07/11	
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Maçã	Leite com sucrilhos Banana	
<b>ALMOÇO</b>	Arroz e feijão carioca, coxa e sobrecoxa de frango com batatinha assada e salada	Arroz, feijão, macarrão com frango em molho e salada	Arroz e feijão, carne cubos com batatinha em molho e salada	
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Risoto de frango Salada de repolho	Pão com carne moída Maçã	Leite com sucrilhos 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	
	11/11	12/11	14/11	
<b>LANCHE DA MANHÃ</b>	Polenta com carne moída em molho Queijo Salada de alface	Pão com frango Maçã	Cuca Suco de uva Banana	
<b>ALMOÇO</b>	Arroz, feijão, polenta com carne moída em molho e salada	Arroz e feijão, coxa e sobrecoxa de frango com batatinha assada e salada	Arroz, lasanha de frango com massa de panqueca e salada	
<b>LANCHE DA TARDE</b>	Polenta com carne moída em molho Queijo Salada de alface	Pão com frango Maçã	Cuca Suco de uva Banana	
Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal) 1159,74	CHO (g) 163g 56%	PNT (g) 39g 13%	LPD (g) 28g 21%