

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

OUTUBRO - 2024

| MANHA | 2ª FEIRA 30/09 | 3ª FEIRA 01/10 | 4ª FEIRA 02/10 | 5ª FEIRA 03/10 | 6ª FEIRA 04/10 |
|---|---|---|--|--|---|
| Café da manha Até 08hs | Biscoito com suco natural | Pão Frances com margarina e Chá Mate | Leite com Polpa | Fruta | Biscoito com suco natural |
| LANCHE 10:00 | Arroz/Feijão Salada de Ovos com legumes (abobora) | Arroz com carne em iscas Salada de Alface Suco de Laranja Banana | Arroz/Feijão Preto Carne de Porco Salada de brócolis | Macarronada com carne moída Salada de repolho Mamão | Arroz/Feijão Coxa e Sobrecoxa assada Salada de Almeirão |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | 0% | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 596,11 | 93g | 23g | 15g |
| | | | 64% | 16% | 22% |

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUARACI/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

OUTUBRO - 2024

| TARDE | 2ª FEIRA 30/09 | 3ª FEIRA 01/10 | 4ª FEIRA 02/10 | 5ª FEIRA 03/10 | 6ª FEIRA 04/10 |
|---|---|---|--|---|---|
| Café da tarde Até 12:30h | Biscoito de Sal Suco Natural | Pão Frances com margarina e Suco Natural | Biscoito tipo Rosquinha Vitamina (leite com polpa) | Fruta | Biscoito amanteigada Suco natural |
| LANCHE 15:00 | Macarronada com Carne moída Salada de couve Banana | Pão com ovo Suco de Laranja Mamão | Arroz/Feijão Preto Carne de Porco Salada de brócolis | Bolo simples com cobertura de leite em pó Suco de Uva | Arroz/Feijão Coxa e Sobrecoxa assada Salada de Almeirão |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | 0% | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 588,57 | 88g | 18g | 13g |
| | | | 66% | 14% | 21% |

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

OUTUBRO - 2024

| MANHA | 2º FEIRA 07/10 | 3º FEIRA 08/10 | 4º FEIRA 09/10 | 5º FEIRA 10/10 | 6º FEIRA 11/10 |
|---|---|--|--|--|---|
| Café da manha Até 08hs | Biscoito com suco natural | Pão Frances com margarina e Chá Mate | Leite com Polpa | Fruta | Biscoito com suco natural |
| LANCHE 10:00 | Arroz/Feijão Omelete com cheiro verde Salada de repolho | Arroz/Feijão Carne em pedaço com mandioca Laranja | Arroz/Feijão Estrogonofe falso de filé de frango Batata Palha* Salada de Alface | Macarronada com carne moída Salada de Couve Melancia | Arroz/Feijão Filé de peixe Assado Salada de Repolho |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | 0% | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 578,24 | 90g | 22g | 15g |
| | | | 62% | 15% | 22% |

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUARACI/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

OUTUBRO - 2024

| TARDE | 2º FEIRA 07/10 | 3º FEIRA 08/10 | 4º FEIRA 09/10 | 5º FEIRA 10/10 | 6º FEIRA 11/10 |
|---|--------------------------------|---|---|---|---|
| Café da tarde Até 12:30h | Biscoito com suco natural | Pão Frances com margarina e Chá Mate | Leite com Polpa | Fruta | Biscoito com suco natural |
| LANCHE 15:00 | Bolo de coco Suco de Goiaba | Pão com margarina iogurte | Torta de frango com legumes Suco de Abacaxi Laranja | Macarronada com carne moída Salada de Couve Melancia | Arroz/Feijão Filé de peixe Assado Salada de Repolho |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | 0% | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 539,53 | 90g | 15g | 14g |
| | | | 67% | 12% | 22% |

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

OUTUBRO- 2024

| MANHA | | | 4ª FEIRA 16/10 | 5ª FEIRA 17/10 | 6ª FEIRA 18/10 |
|---|---------------------------|-------------------------|---|---|---|
| Café da manha Até 08hs | | | Leite com Polpa | Fruta | Biscoito com suco natural |
| LANCHE 10:00 | | | Macarronada com frango em iscas em molho Suco de Uva | Arroz/Feijão Coxa e Sobrecoxa assada com batata Salada de Alface Morango | Arroz/Feijão Carne em Iscas acebolada Salada de Repolho |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | |
| | 0% | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET | |
| | 547,67 | 87g | 21g | 15g | |
| | | 61% | 15% | 24% | |

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

OUTUBRO - 2024

| TARDE | | | 4ª FEIRA 16/10 | 5ª FEIRA 17/10 | 6ª FEIRA 18/10 |
|---|----------------------------------|--------|---|--|--|
| Café da tarde Até 12:30h | | | Biscoito tipo Rosquinha Vitamina (leite com polpa) | Fruta | Biscoito amanteigada Suco natural |
| LANCHE 15:00 | | | Pão com frango em iscas em molho Suco de Uva | Arroz/Feijão Coxa e Sobrecoxa assada com batata Salada de Couve | Torta de Carne com legumes Suco de Acerola com laranja Morango |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) 0% | | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 589,68 | 83g | 16g | 13g |
| | | | 65% | 13% | 24% |

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

OUTUBRO – 2024

| MANHA | 2ª FEIRA 21/10 | 3ª FEIRA 22/10 | 4ª FEIRA 23/10 | 5ª FEIRA 24/10 | 6ª FEIRA 25/10 |
|---|---|---|---|--|---|
| Café da manha Até 08hs | Biscoito com suco natural | Pão Frances com margarina e Chá Mate | Leite com Polpa | Fruta | Biscoito com suco natural |
| LANCHE 10:00 | Arroz/Feijão Omelete Salada de tomate | Arroz/Feijão Carne em Iscas (Strogonoff falso) Batata Palha* Abacaxi | Galinhada (arroz com coxa e sobrecoxa) e legumes Salada de Couve-Flor Suco de Abacaxi | Arroz/Tutu de Feijão com Carne de Porco Salada de Tomate | Macarronada com frango desfiado Salada de Almeirão Maça |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | 0% | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 544,97 | 85g | 20g | 14g |
| | | | 63% | 15% | 22% |

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUARACI/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

OUTUBRO - 2024

| TARDE | 2ª FEIRA 21/10 | 3ª FEIRA 22/10 | 4ª FEIRA 23/10 | 5ª FEIRA 24/10 | 6ª FEIRA 25/10 |
|---|------------------------------------|--|--|---|--|
| Café da tarde Até 12:30h | Biscoito de Sal Suco Natural | Pão Frances com margarina e Suco Natural | Biscoito tipo Rosquinha Vitamina (leite com polpa) | Fruta | Biscoito amanteigada Suco natural |
| LANCHE 15:00 | Bolo de Chocolate Suco de Limão | Arroz/Feijão Carne em Iscas (Strogonoff falso) Batata palha* Abacaxi | Torta de frango com legumes Suco de Acerola Banana | Arroz/Tutu de Feijão com Carne de Porco Salada de Couve | Pão com Margarina Vitamina de Morango |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | 0% | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 542,65 | 84g | 22g | 14g |
| | | | 62% | 16% | 22% |

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

OUTUBRO - 2024

| MANHA | 2º FEIRA 28/10 | 3º FEIRA 29/10 | 4º FEIRA 30/10 | 5º FEIRA 31/10 | 6º FEIRA 01/11 |
|---|--|--|--|---|--|
| Café da manha Até 08hs | Biscoito com suco natural | Pão Frances com margarina e Chá Mate | Leite com Polpa | Fruta | Biscoito com suco natural |
| LANCHE 10:00 | Arroz/Feijão Salada de ovos Salada de Tomate | Arroz com milho Carne moída com legumes Salada de Almeirão Maça | Arroz/Feijão Carne em pedaço assada Salada de Alface | Macarronada com carne moída Salada de Brócolis com Couve Flor Melancia | Arroz/Feijão Filé de peixe Salada de Repolho |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | 0% | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 598,24 | 90g | 22g | 15g |
| | | | 62% | 15% | 22% |

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUARACI/PR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL

ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI

OUTUBRO - 2024

| TARDE | 2º FEIRA 28/10 | 3º FEIRA 29/10 | 4º FEIRA 30/10 | 5º FEIRA 31/10 | 6º FEIRA 01/11 |
|---|---------------------------------|--|---|--|--|
| Café da tarde Até 12:30h | Biscoito de Sal Suco Natural | Pão Frances com margarina e Suco Natural | Leite com Polpa | Fruta | Biscoito com suco natural |
| LANCHE 15:00 | Bolo Mesclado Suco de Uva | Arroz/Feijão Carne em pedaço assado Salada de Alface | Macarronada com carne moída Salada de Couve Suco de Acerola Melancia | Arroz/Feijão Filé de peixe Salada de Repolho | Pão com carne moída Suco de Laranja Maça |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | 0% | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 599,53 | 90g | 15g | 14g |
| | | | 67% | 12% | 22% |

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346