



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - TEMPO PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos **MÊS: JULHO/2024**

Horário das refeições	Manhã: 10:00 às 10:45 horas	Tarde: 14:45 às 15:30 horas	VET = 329 kcal	
2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
01/07/24	02/07/24	03/07/24	04/07/24	05/07/24
Arroz doce c/ canela	Salada de repolho	Salada de acelga	Pão c/ ovos mexidos	Frango de panela
Maçã	Polenta cremosa	Quibe de panela	Frapê de coco (leite frio batido com coco)	Macarrão alho/óleo
	Carne moída bovina ao sugo	Arroz		Limonada
	Laranja (½ unidade)	Melão		
348,9 Kcal	277,7 Kcal	343,3 Kcal	402,4 Kcal	331,4 Kcal
08/07/24	09/07/24	10/07/24	11/07/24	12/07/24
RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
15/07/24	16/07/24	17/07/24	18/07/24	19/07/24
RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
22/07/24	23/07/24	24/07/24	25/07/24	26/07/24
RECESSO ESCOLAR	HTPC	Salada de acelga	Salada de alface	FERIADO
	HTPC	Sanduíche de carne moída no pão hot dog	Virado de feijão; Arroz	FERIADO
	HTPC	Limonada	Carne moída suína	FERIADO
	HTPC		Couve refogada	FERIADO
	HTPC		Laranja picada	FERIADO
		295,5 Kcal	437,2 Kcal	FERIADO
29/07/24	30/07/24	31/07/24		
Cereal c/ iogurte morango/aveia	Sopa de legumes (cará, cenoura, batata, vagem, carne, macarrão)	Pizza de tapioca (queijo e frango)		
Maçã	Pão	Suco de maracujá		
	Sagu de leite c/calda caramelo)	Banana		
396,0 Kcal	481,2 Kcal	506,9 Kcal		

Observações:

Os cardápios estão sujeitos a alterações devido a situações diversas que poderão surgir.

As validades dos alimentos nos estoques devem ser avaliadas e, se necessário adequar o cardápios para que os mesmos sejam utilizados.

RESPONSÁVEL TÉCNICO: Nutricionistas:

Elaine Fernandes Pupo - CRN 8 103

Aline Gebeluka - CRN 8 1992



Elaine Fernandes Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8-103



Aline Gebeluka
NUTRICIONISTA
CRN 8-1992
Alimentação Escolar - PMPO

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL DO CARDÁPIO

PARCIAL - 20% DAS NECESSIDADES DIÁRIAS					
CATEGORIA	IDADE	ENERGIA (kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)
			55% a 65 % do VET	10% a 15% do VET	15 a 35 % do VET
Ensino Fundamental	6 -10 anos	329	45 a 53 g	8 a 12 g	9 a 13 g
RECOMENDAÇÕES DO FNDE - conforme Resolução nº 20, de 02/12/2020 que altera a Resolução nº 6, de 8/05/2020					

JULHO 2024		VET	CARBOIDRATOS	PROTEÍNAS	LIPÍDIOS
		SEMANA 1	340,7	52,3	13,4
	SEMANA 2				
	SEMANA 3				
	SEMANA 4				
	SEMANA 5	461,4	79,4	15,1	9,6
	MÉDIA MENSAL	401,1	65,9	14,3	9,4

NUTRICIONISTAS: ELAINE FERNANDES PUPO CRN 8 - 103



Elaine F. Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8-103

ALINE GEBELUKA CRN 8 - 1992



Aline Gebeluka
NUTRICIONISTA
CRN 8-1992
Alimentação Escolar - PMPG