



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL -- ESCOLA PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)
FAIXA ETÁRIA: 6-10 anos **MÊS: AGOSTO/2025**

Horário das refeições				
Manhã: 10:00 às 10:45 horas		Tarde: 14:45 às 15:30 horas		
2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
				1/8/2025
				Salada de alface
				Quirera com carne suína
				Abacaxi
				332,38 Kcal
04/08/25	05/08/25	06/08/25	07/08/25	08/08/25
Sopa de legumes/carne/macarrão e carne bovina	Salada de acelga	Frapê de coco (bater leite frio com coco)	Bolo caseiro/cobertura pasta amendoim/nata	Salada de alface
Pão (1,5 fatia)	Macarrão alho e óleo	Torta salgada/carne moída suína	Leite com café	Arroz, feijão
Laranja	Frango grelhado	Banana	Mamão	Carne moída bovina com batata
	Melão			Limonada
358,16 Kcal	285,66 Kcal	486,43 Kcal	474,96 Kcal	472,03 Kcal
11/08/25	12/08/25	13/08/25	14/08/25	15/08/25
Salada de repolho	Salada de escarola	Frapê de amendoim (frio)	Iogurte de morango	Salada de alface
Polenta cremosa	Vaca atolada (carne/mandioca)	<i>Servir frio, bater no liquidificador</i>	Pizza de tapioca/polvilho (recheio)	Copa lombo assada
Carne moída bovina c/molho tomate	Arroz, feijão	Quibe assado (carne moída bovina)	frango desfiado/ milho verde/queijo)	Farofa de brócolis/ arroz/feijão
	Maçã	Banana	Maçã	Abacate (creme com limão)
229,78 Kcal	567,29 Kcal	444,97 Kcal	464,69 Kcal	561,33 Kcal
18/08/25	19/08/25	20/08/25	21/08/25	22/08/25
Canja de frango/batata/cenoura	Salada de almeirão	Cereal com iogurte natural/aveia	Leite com café (UHT)	Salada de beterraba
Pão (1 fatia)	Mingau de alho com frango desfiado	Biscoito doce	Pão com ovos mexidos e queijo	Peixe crocante (emanar c/trigo/aveia)
Laranja	Sagu de uva com creme branco	Mamão	Banana	Batata ensopada
	(leite em pó/amido)			Arroz, feijão
320,24 Kcal	417,75 Kcal	396,50 Kcal	587,16 Kcal	422,50 Kcal
25/08/25	26/08/25	27/08/25	28/08/25	29/08/25
Vitamina de frutas e aveia (UHT) (banana, mamão)	Salada de repolho	Salada de alface	Leite com café (UHT)	Salada couve flor
Pão com carne moída bovina	Quirera cremosa/cheiro verde	Macarrão à bolonhesa	Bolo caseiro (abóbora e coco)	Carne de panela
Maçã	Carne moída suína	Banana	Mamão	Batata doce corada
	Laranja			Arroz, feijão
523,16 Kcal	346,36 Kcal	316,02 Kcal	433,66 Kcal	431,83 Kcal

Observações:

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

RESPONSÁVEL TÉCNICO: Nutricionista: Elaine Fernandes Pupo - CRN 8 103

Elaine F. Pupo
NUTRICIONISTA
CRN 8-103

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

**AGOSTO
2025**

	VET	CARBOIDRATOS	PROTEÍNAS	LIPÍDIOS
SEMANA 1				
SEMANA 2	415,4	66,5	17,8	9,9
SEMANA 3	453,6	64,7	19,9	14,3
SEMANA 4	428,8	64,1	19,4	11,0
SEMANA 5	410,2	61,7	18,1	11,4
MÉDIA MENSAL	427,0	64,3	18,8	11,7

NUTRICIONISTA: ELAINE FERNANDES PUPO

CRN 8 - 103