

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

ESCOLA MUNICIPAL NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO

FEVEREIRO - 2025

TARDE			4ª FEIRA 05/02	5ª FEIRA 06/02	6ª FEIRA 07/02
Café da tarde Até 12:30h			Biscoito tipo Rosquinha Vitamina (leite com polpa)	Fruta	Biscoito amanteigada Suco natural
LANCHE 15:00			Bolo de chocolate Suco de Laranja	Macarronada com carne moída Salada de Almeirão Laranja	Arroz/Feijão Filé de Peixe Salada de repolho
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 0%	CHO (g)	55% a 65% do VET	PTN (g)	LPD (g)
	536,57	88g	66%	18g	13g
				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 NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO

FEVEREIRO - 2025

TARDE	2º FEIRA 10/02	3º FEIRA 11/02	4º FEIRA 12/02	5º FEIRA 13/02	6º FEIRA 14/02
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	Macarronada com carne moída Salada de Couve	Pão Caseiro com margarina iogurte Banana	Arroz/Feijão Estrogonofe falso de filé de frango Salada de Alface	Bolo de coco Suco de Goiaba Melancia	Arroz/Feijão Carne de Porco Salada de Repolho
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 0%	CHO (g) 55% a 65% do VET 90g 67%	PTN (g) 10% a 15% do VET 15g 12%	LPD (g) 15% a 30% do VET 14g 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 NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO****FEVEREIRO - 2025**

TARDE	2ª FEIRA 17/02	3ª FEIRA 18/02	4ª FEIRA 19/02	5ª FEIRA 20/02	6ª FEIRA 21/02
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 Mesclado Suco de Uva	Arroz/Feijão Coxa e Sobrecoxa assada com batata Salada de Couve	Pão Frances com carne moída Suco de Laranja Maça	Macarronada com frango em iscas em molho Salada de Alface Mamão	Torta de Carne com legumes Suco de Acerola com laranja
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
		509,68	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 NAIR AP. ARRUDA CAMARGO CLIMACO

FEVEREIRO - 2025

TARDE	2ª FEIRA 24/02	3ª FEIRA 25/02	4ª FEIRA 26/02	5ª FEIRA 27/02	6ª FEIRA 28/02
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 Coco Suco de Limão	Arroz/Feijão Carne em Iscas (Strogonoff falso) Abacaxi	Galinhada (arroz com coxa e sobrecoxa) e legumes Salada de Alface	Arroz/Tutu de Feijão com Carne de Porco Salada de Couve Banana	Pão Caseiro com Margarina Suco 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