

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL**ESCOLA MUNICIPAL WILSON JAN DE GIULI****JULHO - 2025**

MANHA	2º FEIRA 30/07	3º FEIRA 01/07	4º FEIRA 02/07	5º FEIRA 03/07	6º FEIRA 04/07
Café da manha Até 08hs	Biscoito tipo polvilho com Chá Mate	Pão Frances com margarina e Chá Mate	Leite engrossado	Fruta	Biscoito tipo rosquinha com Leite com chocolate
LANCHE 10:00	Arroz/Feijão Salada de Ovos com cenoura	Arroz/Feijão Coxa e Sobrecoxa assado com batata Salada de Alface Melão	Polenta com Carne em pedaço com legumes em molho Salada de Tomate Banana	Macarronada/Sopa com filé de frango e legumes Salada de Almeirão Laranja	Arroz/Feijão Filé de Peixe 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
		668,63	96g	24g	14g
			64%	15%	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****JULHO- 2025**

TARDE	2ª FEIRA 30/07	3ª FEIRA 01/07	4ª FEIRA 02/07	5ª FEIRA 03/07	6ª FEIRA 04/07
Café da tarde Até 12:30h	Biscoito tipo polvilho com suco natural	Pão Frances com manteiga e Suco Natural	Leite com Polpa	Fruta logurte	Biscoito tipo Amanteigado com suco natural
LANCHE 15:00	Pão Caseiro com Manteiga Leite engrossado	Macarronada/Sopa com Coxa e Sobrecoxa Assada com legumes Salada de Alface Melão	Polenta com Carne em pedaço com legumes em molho Salada de Tomate Banana	Arroz/Feijão Filé de Peixe Salada de repolho	Pão de queijo (tipo bolo) Chá Mate Banana
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
		690,45	86g	18g	14g
			64%	14%	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****JULHO – 2025**

MANHA	2º FEIRA 07/07	3º FEIRA 08/07	4º FEIRA 09/07	5º FEIRA 10/07	6º FEIRA 11/07
Café da manha Até 08hs	Biscoito tipo polvilho com Chá Mate	Pão Frances com margarina e Chá Mate	Leite engrossado	Fruta	Biscoito tipo rosquinha com Leite com chocolate
LANCHE 10:00	Arroz/Feijão Preto Omelete com cheiro verde Salada de repolho	Arroz/Feijão Linguiça Assada Salada de repolho	FESTA JUNINA	Sopa/Macarronada com Carne em iscas e legumes Salada de Couve Abacaxi	Arroz/Feijão Carne de porco (frita sem óleo) Salada de Alface 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
		553,0	87g	22g	24g
			63%	16%	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

JULHO - 2025

TARDE	2º FEIRA 07/07	3º FEIRA 08/07	4º FEIRA 09/07	5º FEIRA 10/07	6º FEIRA 11/07
Café da tarde Até 12:30h	Biscoito tipo polvilho com suco natural	Pão Frances com manteiga e Suco Natural		Fruta	Biscoito tipo Amanteigado com suco natural
LANCHE 15:00	Pão Frances com margaria Leite engrossado	Arroz/Feijão Linguiça Assada Salada de repolho Abacaxi	FESTA JUNINA	Sopa/Macarronada com Carne em iscas e legumes Salada de Couve Abacaxi	Arroz/Feijão Carne de porco (frita sem óleo) Salada de Alface 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
		513,0	77g	17g	14g
			63%	13%	26%

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****JULHO - 2025**

MANHA	2ª FEIRA 28/07	3ª FEIRA 29/07	4ª FEIRA 30/07	5ª FEIRA 31/07	6ª FEIRA 01/08
Café da manha Até 08hs	Biscoito tipo polvilho com Chá Mate	Pão Frances com margarina e Chá Mate	Leite engrossado	Fruta	Biscoito tipo rosquinha com Leite com chocolate
LANCHE 10:00	Arroz/Feijão Salada de ovos Salada de Tomate	Arroz/Feijão Carne em pedaço Assado com legumes Salada de Almeirão Banana	Macarronada Coxinha da Assa em molho Salada de Alface Mamão	Arroz/Feijão Peixe assado Salada de repolho Abacaxi	Arroz/Feijão Carne em iscas acebolado Salada de Tomate
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
		593,69	83g	17g	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****JULHO- 2025**

TARDE	2ª FEIRA 28/07	3ª FEIRA 29/07	4ª FEIRA 30/07	5ª FEIRA 31/07	6ª FEIRA 01/08
Café da tarde Até 12:30h	Biscoito Tipo polvilho Suco Natural	Pão Frances com manteiga e Suco Natural	Leite com polpa	Fruta	Biscoito tipo Amanteigado com suco natural
LANCHE 15:00	Pão Caseiro com Manteiga Iogurte de Morango	Bolo de Chocolate Suco de Frutas vermelhas Melão	Macarronada Coxinha da Assa em molho Salada de Alface Mamão	Arroz/Feijão Carne em iscas acebolado Salada de Tomate	Torta de frango com queijo e legumes Suco de abacaxi
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
		521,94	83g	16g	15g
			64%	12%	25%

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações