

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

MANHA	2ª FEIRA 04/08	3ª FEIRA 05/08	4ª FEIRA 06/08	5ª FEIRA 07/08	6ª FEIRA 08/08
Café da manhã Até 08hs	Biscoito tipo polvilho com suco natural	Pão Frances com margarina e Chá Mate	Fruta	logurte	Biscoito tipo rosquinha com suco natural
LANCHE 10:00	Arroz/Feijão Salada de Ovos com cenoura	Polenta com filé de frango	Macarronada com frango Salada de Almeirão Laranja	Arroz/Feijão Carne em pedaço assado Salada de Tomate Banana	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
		504,41	79g	19g	13g
			63%	14%	23%

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

AGOSTO - 2025

TARDE	2ª FEIRA 04/08	3ª FEIRA 05/08	4ª FEIRA 06/08	5ª FEIRA 07/08	6ª FEIRA 08/08
Café da tarde Até 12:30h	Biscoito tipo polvilho com suco natural	Pão Frances com manteiga e Suco Natural	Fruta	logurte	Biscoito tipo Amanteigado com suco natural
LANCHE 15:00	Pão Caseiro com Manteiga Vitamina de Uva	Macarronada com Frango Salada de Alface Melão	Bolo Simples Suco de Uva Laranja	Arroz/Feijão Filé de Peixe Salada de repolho	Pão de queijo (tipo bolo) Suco de Acerola Banana
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 0%	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
		525,78	81g	14g	17g
			62%	11%	29%

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
AGOSTO – 2025

MANHA	2º FEIRA 11/08	3º FEIRA 12/08	4º FEIRA 13/08	5º FEIRA 14/08	6º FEIRA 15/08
Café da manha Até 08hs	Biscoito tipo polvilho com suco natural	Pão Frances com manteiga e Chá Mate	Biscoito tipo Maria	Fruta	Biscoito tipo Amanteigado com suco natural
LANCHE 10:00	Arroz/Feijão Omelete com cheiro verde Salada de repolho	Arroz/Feijão Preto Carne de porco (frita sem óleo) Salada de Alface Laranja	Arroz/Feijão Filé de frango em cubos (strognof falso)	Macarronada com Carne moída Salada de Couve Abacaxi	Arroz/Feijão Linguiça Assada 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
		620,43	97g	18g	18g
			64%	12%	25%
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****AGOSTO - 2025**

TARDE	2º FEIRA 11/08	3º FEIRA 12/08	4º FEIRA 13/08	5º FEIRA 14/08	6º FEIRA 15/08
Café da tarde Até 12:30h	Biscoito tipo polvilho com suco natural	Pão Frances com manteiga e Suco Natural	Biscoito tipo Maria	Fruta	Biscoito tipo Amanteigado com suco natural
LANCHE 15:00	Pão Frances com carne moída Suco de Morango	Arroz/Feijão Carde de porco (frita sem óleo) Salada de Alface Laranja	Macarronada com carne moída Salada de Couve	Arroz/Feijão Linguiça Assada Salada de repolho Abacaxi	Arroz/Feijão Filé de frango em cubos (strognof falso)
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
		617,80	94g	19g	19g
			62%	12%	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****AGOSTO - 2025**

MANHA	2ª FEIRA 18/08	3ª FEIRA 19/08	4ª FEIRA 20/08	5ª FEIRA 21/08	6ª FEIRA 22/08
Café da manha Até 08hs	Biscoito com suco natural	Pão Frances com manteiga e Chá Mate	Leite com Polpa	Fruta	Biscoito tipo Amanteigado com suco natural
LANCHE 10:00	Arroz/Feijão Salada de ovos Salada de Tomate	Arroz/Feijão Carne em pedaço com legumes Salada de Almeirão Banana	Macarronada com frango Salada de Alface Mamão	Arroz/Feijão Carne em Isca acebolada Salada de Tomate	Arroz/Feijão Coxa e Sobrecoxa Assada Salada de Legumes Cozidos
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
		517,32	82g	11g	16g
			64%	9%	28%

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****AGOSTO - 2025**

TARDE	2ª FEIRA 18/08	3ª FEIRA 19/08	4ª FEIRA 20/08	5ª FEIRA 21/08	6ª FEIRA 22/08
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 com frango Salada de Alface Mamão	Arroz/Feijão Carne em Isca acebolada Salada de Tomate	Torta de Frango com legumes Suco de 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
		546,31	90g	16g	13g
			66%	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

AGOSTO - 2025

MANHA	2ª FEIRA 25/08	3ª FEIRA 26/08	4ª FEIRA 27/08	5ª FEIRA 28/08	6ª FEIRA 29/08
Café da manhã Até 08hs	Biscoito tipo polvilho com suco natural	Pão Frances com manteiga e Chá Mate	Leite com Polpa	Fruta	Biscoito tipo Maria com suco natural
LANCHE 10:00	Arroz/Feijão Omelete assada Salada de Tomate	Arroz/Feijão Strognoff falso de Carne Salda de Alface	Arroz/Feijão Preto Filé de peixe assado Salada de repolho Mamão	Macarronada com carne moída Salada de Almeirão Laranja	Arroz/Feijão Carne em pedaço Assada Salada de Chicória Maça
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 0% 578,21	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			94g	19g	14g
			65%	13%	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

AGOSTO - 2025

TARDE	2ª FEIRA 25/08	3ª FEIRA 26/08	4ª FEIRA 27/08	5ª FEIRA 28/08	6ª FEIRA 29/08
Café da tarde Até 12:30h	Biscoito tipo polvilho com suco natural	Pão Frances com manteiga e Suco Natural	Leite com Polpa	Fruta	Biscoito Tipo Maria com Suco natural
LANCHE 15:00	Bolo Mesclado Suco de laranja	Torta de Carne com legumes Suco de Abacaxi Maça	Arroz/Feijão Filé de peixe assado Salada de repolho	Pão Frances com patê de frango (maionese caseira) Suco de Uva	Macarronada com carne moída 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
		515,40	83g	15g	15g
			65%	11%	26%

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações