

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL FAIXA ETÁRIA – 5 A 10 ANOS PERÍODO PARCIAL
ESCOLA MUNICIPAL NAIR APARECIDA ARRUDA CAMARGO CLIMACO
SETEMBRO - 2025

TARDE	2º FEIRA 01/09	3º FEIRA 02/09	4º FEIRA 03/09	5º FEIRA 04/09	6º FEIRA 05/09
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 Abacaxi	Macarronada com frango desfiado Salada de Alface Melão	Bolo de coco Suco de Acerola Laranja	Arroz/Feijão Carne em pedaço assado Salada de Tomate Banana	Quibe assado com carne moída Suco de Acerola Banana
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
		585,68	81g	14g	17g
			65%	10%	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 NAIR APARECIDA ARRUDA CAMARGO CLIMACO
SETEMBRO – 2025

TARDE	2º FEIRA 08/09	3º FEIRA 09/09	4º FEIRA 10/09	5º FEIRA 11/09	6º FEIRA 12/09
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 linguiça Suco de Morango	Arroz/Feijão Carne de porco assada Salada de Alface Laranja	Bolo Mesclado Suco de Laranja	Macarronada com carne moída Salada de Couve	Torta de frango com legumes Suco de Uva
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
		619,80	94g	19g	19g
		62%	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 NAIR APARECIDA ARRUDA CAMARGO CLIMACO
SETEMBRO - 2025

TARDE	2ª FEIRA 15/09	3ª FEIRA 16/09	4ª FEIRA 17/09	5ª FEIRA 18/09	6ª FEIRA 19/09
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	Torta de carne moída com legumes Suco de Laranja	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
		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 NAIR APARECIDA ARRUDA CAMARGO CLIMACO****SETEMBRO - 2025**

TARDE	2ª FEIRA 22/09	3ª FEIRA 23/09	4ª FEIRA 24/09	5ª FEIRA 25/09	6ª FEIRA 26/09
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 de cenoura Suco de laranja	Purê de batata com frango Suco de Abacaxi Maça	Arroz/Feijão Filé de peixe 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
		555,40	83g	15g	15g
			66%	11%	23%

Dalila Alves Barboza – CRN8 6346

* legumes, verduras e frutas, sujeitos a alterações