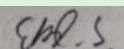


CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL 1
MODALIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL - ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS - PERÍODO PARCIAL

NOVEMBRO/2025

	2ª FEIRA 10/11	3ª FEIRA 11/11	4ª FEIRA 12/11	5ª FEIRA 13/11	6ª FEIRA 14/11
ALMOÇO 15:00H	Arroz/feijão Bife em iscas acebolado Salada	Macarrão à bolonhesa Salada de alface	Arroz Estrogonofe de carne Batata palha	Arroz/feijão Coxa e sobrecoxa assadas Quiabo refogado Salada de tomate com cheiro verde	Arroz/feijão Quibe assado recheado abobora refogada Salada de repolho com tomate
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		332,2	51	14	8
			62	15	22

Elizabete Balthazar Cachefo Saito CRN3 26517


 Elizabete B. Cachefo Saito
 Nutricionista
 CRN3: 26517


SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE RIBEIRÃO DOS INDÍOS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO FUNDAMENTAL 1
MODALIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL - ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS - PERÍODO PARCIAL – INTOLERANCIA AO GLUTEN

SETEMBRO/2025

	2ª FEIRA 10/11	3ª FEIRA 11/11	4ª FEIRA 12/11	5ª FEIRA 13/11	6ª FEIRA 14/11
ALMOÇO 15:00H	Arroz/feijão Bife em iscas acebolado Salada	Macarrão sem glúten à bolonhesa Salada de alface Banana	Arroz Estrogonofe de carne Batata palha	Arroz/feijão Coxa e sobrecoxa assadas Quiabo refogado Salada de tomate com cheiro verde Melão	Arroz/feijão Carne moída refogada abóbora refogada Salada de repolho com cenoura
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		332,2	51	14	8
			62	15	22

Elizabete Balthazar Cachefo Saito CRN3 26517

Elizabete B. Cachefo Saito
Elizabete B. Cachefo Saito
 Nutricionista
 CRN3: 26517



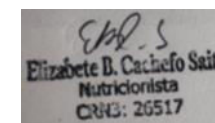
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE RIBEIRÃO DOS INDIOS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO
MODALIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL II- ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 11 A 15 ANOS - PERÍODO PARCIAL

NOVEMBRO/2025

	2ª FEIRA 10/11	3ª FEIRA 11/11	4ª FEIRA 12/11	5ª FEIRA 13/11	6ª FEIRA 14/11
Café da Manhã 06:45h	Café 25 alunos 2º ano Pão frances com manteiga/pão de queijo /suco /	Café 25 alunos 2º Ano Bolo simples/Pão de forma com frios/logurte	Café 25 alunos 2º Ano Pão frances com manteiga pão de queijo/suco	Rosquinha Chá mate	Pão frances com margarina Leite com cacau
ALMOÇO/ 10:20h	Arroz/feijão Bife em iscas acebolado Salada	SEM AULA PRESENCIAL	SEM AULA PRESENCIAL	Arroz/feijão Coxa e sobrecoxa assado Quiabo refogado Salada de tomate com cheiro verde Melão	Arroz/feijão Quibe assado recheado abobora refogada Salada de repolho com tomate
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		715,9	113	26	18
			63	15	23

Elizabete Balthazar Cachefo Saito CRN3 26517



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE RIBEIRÃO DOS INDIOS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO MEDIO
MODALIDADE DE ENSINO MEDIO - ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 16 A 18 ANOS - PERÍODO PARCIAL

NOVEMBRO/2025

	2ª FEIRA 10/11	3ª FEIRA 11/11	4ª FEIRA 12/11	5ª FEIRA 13/11	6ª FEIRA 14/11
CAFÉ DA MANHÃ 06:45H	Café 25 alunos 2º ano Pão frances com manteiga/pão de queijo /suco	Café 25 alunos 2º Ano Bolo simples/Pão de forma com frios/logurte	Café 25 alunos 2º Ano Pão frances com manteiga pão de queijo/suco	Rosquinha Chá mate	Pão frances com margarina Leite com cacau
ALMOÇO 9:30H	Arroz/feijão Bife em iscas acebolado	SEM AULA PRESENCIAL	SEM AULA PRESENCIAL	Arroz/feijão Coxa e sobrecoxa assado Quiabo refogado	Arroz/feijão Quibe assado recheado abobora refogada
JANTAR 20:30H	Salada			Salada de tomate com cheiro verde Melão	Salada de repolho com tomate
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	811,1	126	30	21	
		62	15	23	

Elizabete Balthazar Cachefo Saito CRN3 26517

