



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I**  
FAIXA ETÁRIA 6 a 10 ANOS

( Período integral: Servir o cardápio completo)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>TURNO MATUTINO (Café da manhã, lanche da manhã e almoço)</b>					
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 06:45 às 07:00	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 09:25 às 09:40	Maçã	Banana	Mamão	Laranja	Melancia
<b>TURNO VESPERTINO (Almoço e lanche da tarde)</b>					
<b>ALMOÇO</b> 11:25 às 12:30	Arroz, feijão, polenta, carne moída ao sugo, salada de repolho	Arroz, feijão, isca de frango, pepinete (pepino e tomate)	Arroz, tutu de feijão com lingüiça, salada de couve	Galinhada, feijão, macarrão ao sugo, vinagrete	Arroz, feijão, carne de panela, salada de beterraba
<b>LANCHE DA TARDE</b> 15:30 às 16:00	Pão com carne e suco de laranja integral	Banana Maçã	Bolo simples e suco de laranja integral	Salada de frutas	Torta de frango e suco de laranja

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020, 20/2020 e 02/2023 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)  
Sujeito a alterações conscientes do nutricionista. (CARDÁPIO OFERTADO PARA UNIDADES ESCOLARES DE ENSINO FUNDAMENTAL I: GIL ALEXANDRE BORGES E MAÇAO NOZAKI).

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
		198g	38g	34g
	1248,12	63%	12%	24%

Denise Pereira da Silva  
Nutricionista responsável PNAE  
CRN3: 52432

Laisa Mayumi Gonçalves Tanaka  
Técnica Nutrição e dietética  
CRN3T:121880



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I**  
FAIXA ETÁRIA 6 a 10 ANOS

( Período integral: Servir o cardápio completo)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>TURNO MATUTINO (Café da manhã, lanche da manhã e almoço)</b>					
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 06:45 às 07:00	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 09:25 às 09:40	Maçã	Banana	Mamão	Laranja	Melancia
<b>TURNO VESPERTINO (Almoço e lanche da tarde)</b>					
<b>ALMOÇO</b> 11:25 às 12:30	Arroz carreteiro (carne em pedaço, cenoura, tomate), feijão, salada de repolho	Arroz, feijão, stroganoff de frango, salada de alface	Arroz, feijão, carne moída com batatas, salada mista	Arroz, feijão, frango em cubos, salada de batata e ovo	Arroz, feijão, picadinho de carne, cabotiá refogado
<b>LANCHE DA TARDE</b> 15:30 às 16:00	Pão com carne e suco de laranja integral	Banana Maçã	Bolo simples e suco de laranja integral	Salada de frutas	Vitamina de frutas

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020, 20/2020 e 02/2023 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) Sujeito a alterações consciente do nutricionista. (CARDÁPIO OFERTADO PARA UNIDADES ESCOLARES DE ENSINO FUNDAMENTAL I: GIL ALEXANDRE BORGES E MAÇAO NOZAKI).

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
		185g	39g	34g
	1200,57	62%	13%	25%

Denise Pereira da Silva  
Nutricionista responsável PNAE  
CRN3: 52432

Laisa Mayumi Gonçalves Tanaka  
Técnica Nutrição e dietética  
CRN3T: 121880



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I**

FAIXA ETÁRIA 6 a 10 ANOS

( Período integral: Servir o cardápio completo)

**SEGUNDA**

**TERÇA**

**QUARTA**

**QUINTA**

**SEXTA**

**TURNO MATUTINO (Café da manhã, lanche da manhã e almoço)**

**CAFÉ DA MANHÃ**  
06:45 às 07:00

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

**LANCHE DA MANHÃ**  
09:25 às 09:40

Maçã

Banana

Mamão

Laranja

Melancia

**TURNO VESPERTINO (Almoço e lanche da tarde)**

**ALMOÇO**  
11:25 às 12:30

Arroz, feijão, carne moída, suflê de abobrinha

Arroz, feijão, escondidinho de frango, salada de alface e tomate

Arroz, feijão, macarrão a bolonhesa, salada de couve

Galinhada, feijão, salada de alface

Arroz, feijão, carne de panela com batata e vinagrete

**LANCHE DA TARDE**  
15:30 às 16:00

Pão com frango e suco de laranja integral

Banana  
Maçã

Bolo simples e suco de laranja integral

Salada de frutas

Torta de carne e suco de laranja

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020, 20/2020 e 02/2023 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) Sujeito a alterações consciente do nutricionista. (CARDÁPIO OFERTADO PARA UNIDADES ESCOLARES DE ENSINO FUNDAMENTAL I: GIL ALEXANDRE BORGES E MAÇAO NOZAKI).

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
		202g	42g	34g
	1287,50	63%	13%	24%

Denise Pereira da Silva  
Nutricionista responsável PNAE  
CRN3: 52432

Laisa Mayumi Gonçalves Tanaka  
Técnica Nutrição e dietética  
CRN3T: 121880



**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I**  
FAIXA ETÁRIA 6 a 10 ANOS

( Período integral: Servir o cardápio completo)

**SEGUNDA**

**TERÇA**

**QUARTA**

**QUINTA**

**SEXTA**

**TURNO MATUTINO (Café da manhã, lanche da manhã e almoço)**

**CAFÉ DA MANHÃ**  
06:45 às 07:00

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

**LANCHE DA MANHÃ**  
09:25 às 09:40

Maçã

Banana

Mamão

Laranja

Melancia

**TURNO VESPERTINO (Almoço e lanche da tarde)**

**ALMOÇO**  
11:25 às 12:30

Arroz colorido (carne moída, vagem e cenoura), feijão, salada de repolho

Arroz, feijão, frango com legumes (abobrinha e cenoura), salada de couve

Arroz, feijão, picadinho de carne, salada de pepino com cheiro verde

Arroz, feijão, bobó de frango, salada de alface

Arroz, feijão, escondidinho de carne, salada de tomate

**LANCHE DA TARDE**  
15:30 às 16:00

Pão com frango e suco de laranja integral

Banana  
Maçã

Bolo simples e suco de laranja integral

Salada de frutas

Vitamina de frutas

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020, 20/2020 e 02/2023 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) Sujeito a alterações consciente do nutricionista. (CARDÁPIO OFERTADO PARA UNIDADES ESCOLARES DE ENSINO FUNDAMENTAL I: GIL ALEXANDRE BORGES E MAÇAO NOZAKI).

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
		197g	38g	35g
	1249,16	63%	12%	25%

Denise Pereira da Silva  
Nutricionista responsável PNAE  
CRN3: 52432

Laisa Mayumi Gonçalves Tanaka  
Técnica Nutrição e dietética  
CRN3T: 121880