


SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CONTAGEM				
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR				
Cardápios 10, 11 e 12 - Desjejum Fundamental e Médio - Parcial				
CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO MODALIDADE DE ENSINO (Educação Fundamental e Ensino Médio) ZONA: (urbana) FAIXA ETÁRIA: (6 a 15 anos) ou (maiores de 15 anos) PERÍODO (parcial) Horário: 07 Hs				
NOVEMBRO				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
31/10/2022	1/11/2022	2/11/2022	3/11/2022	4/11/2022
Vitamina de Mamão com Aveia (Leite em Pó, Mamão e Aveia)	Leite/Pão com Requeijão	FERIADO NACIONAL	Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacau em Pó)/ Biscoito Salgado Tipo Cream Cracker	Vitamina de Banana com Aveia (Leite em Pó, Banana e Aveia)/Pão com Manteiga
Média Semanal: 328,64 Kcal/ Carboidratos: 45,40 g/ Lipídeos:13,79 g/ Proteínas: 14,34 g				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
7/11/2022	8/11/2022	9/11/2022	10/11/2022	11/11/2022
Vitamina de Frutas (Leite em Pó, Banana e Mamão)	Leite/Pão com Manteiga	Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacau em Pó)	Leite/ Pão com Requeijão	Vitamina de Fruta (Leite em Pó, Mamão e Aveia)
Média Semanal: 308,63Kcal/ Carboidratos: 36,86g/ Lipídeos: 12,41g/ Proteínas: 13,06g				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
14/11/2022	15/11/2022	16/11/2022	17/11/2022	18/11/2022
PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Vitamina de Fruta (Leite em Pó, Banana e Aveia)	Leite/Pão com Manteiga	Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacau em Pó)
Média Semanal: 303,60Kcal/ Carboidratos: 36,10g/ Lipídeos: 12,34g/ Proteínas: 12,89g				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
21/11/2022	22/11/2022	23/11/2022	24/11/2022	25/11/2022
Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacau em Pó)	Leite/Pão com Manteiga	Vitamina de Fruta (Leite em Pó e Banana) Leite	Leite/Pão com Requeijão	Vitamina de Fruta (Leite em Pó, Mamão e Aveia)
Média Semanal: 290,02Kcal/ Carboidratos: 33,69g/ Lipídeos: 11,85g/ Proteínas: 12,60g				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
28/11/2022	29/11/2022	30/11/2022	1/12/2022	2/12/2022
Vitamina de Frutas (Leite em Pó, Banana e Mamão)	Leite/Pão com Requeijão	Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacau em Pó)	Leite/Pão com Manteiga	Vitamina de Fruta (Leite em Pó, Mamão)
Média Semanal: 288,53 Kcal/ Carboidratos: 33,37g/ Lipídeos: 11,82g/ Proteínas: 12,64g				

Nutricionistas Responsáveis (SEDUC):

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Natália de Alvarenga Guedes
CRN9 6418

Raquel da S. Gomes Araújo
CRN9 18506