


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				
MARÇO				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
27/2/2023	28/2/2023	1/3/2023	2/3/2023	3/3/2023
Vitamina de Frutas (Leite em Pó, Banana e Mamão)	Leite/Pão com Manteiga	Frapê de Morango (Leite em Pó, Polpa de Morango e Beterraba)	Leite/Pão com Requeijão	Vitamina de Fruta (Leite em Pó, Mamão)
Média Semanal: 282 Kcal/ Carb.: 31,2 g/ Lip.: 12,1 g/ Prot.: 12,5 g				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
6/3/2023	7/3/2023	8/3/2023	9/3/2023	10/3/2023
Vitamina de Fruta com Aveia (Leite em Pó, Banana e Aveia)	Leite/Pão com Manteiga	Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacau em Pó) Rosquinha	Leite/ Pão com Requeijão	Vitamina de Fruta (Leite em Pó, Mamão e Aveia)
Média Semanal: 332,51Kcal/ Carboidratos: 40,09g/ Lipídeos: 13,39g/ Proteínas: 13,52g				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
13/3/2023	14/3/2023	15/3/2023	16/3/2023	17/3/2023
Vitamina de Frutas com Aveia (Leite em Pó, Banana, Mamão e Aveia)	Leite/Pão com Manteiga	Vitamina de Fruta com Aveia (Leite em Pó, Banana e Aveia)	Leite/ Pão com Requeijão	Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacau em Pó) Rosquinha
Média Semanal: 318,86Kcal/ Carboidratos: 38,26g/ Lipídeos: 12,86g/ Proteínas: 13,11g				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
20/3/2023	21/3/2023	22/3/2023	23/3/2023	24/3/2023
Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacau em Pó) / Biscoito de Leite	Leite/Pão com Manteiga	Vitamina de Fruta (Leite em Pó e Mamão)	Leite/ Pão com Requeijão	Vitamina de Frutas (Leite em Pó, Mamão e Aveia)
Média Semanal: 309,0 Kcal/ Carboidratos: 36,64g/ Lipídeos: 12,37g/ Proteínas: 13,17g				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
27/3/2023	28/3/2023	29/3/2023	30/3/2023	31/3/2023
Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacau em Pó)	Leite/Pão com Requeijão	Vitamina de Fruta com Aveia (Leite em Pó, Mamão e Aveia)	Leite/Pão com Manteiga	Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacau em Pó) Rosquinha de Coco
Média Semanal: 320,85 Kcal/ Carboidratos: 38,09g/ Lipídeos: 12,98g/ Proteínas: 13,48g				

Nutricionistas Responsáveis (SEDUC):

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Natália de Alvarenga Guedes
CRN9 6418

Raquel da S. Gomes Araújo
CRN9 18506