

EE "BAPTISTA DOLCI"

Modalidade: Fundamental II (11 - 14 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Jéssica Marcolin
Gonçalves
38050

Jéssica Marcolin Gonçalves
Nutricionista
CRN-3 38050

OBSERVAÇÕES: O cardápio pode sofrer alterações - Para dúvidas e sugestões contate a nutricionista - Cardápio segue a legislação do PNAE

REFEIÇÕES	SEGUNDA 08/06/2026	TERÇA 09/06/2026	QUARTA 10/06/2026	QUINTA 11/06/2026	SEXTA 12/06/2026
Café da manhã 9h30	Pão francês com manteiga - 50 g Leite com cacau - 220 g	Pão francês com manteiga - 50 g Leite com cacau - 220 g	Pão francês com manteiga - 50 g Leite com cacau - 220 g	Pão francês com manteiga - 50 g Leite com cacau - 220 g	Pão francês com manteiga - 50 g Leite com cacau - 220 g
Almoço 12h15	Arroz branco - 1 colher de arroz cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Empanado de frango - 75 g Salada de tomate - 40 g Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 colher de arroz cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Strogonoff de frango - 3 colher de sopa cheia Batata palha - 25 g Salada de alface - 1 colher de sopa cheia Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 colher de arroz cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Bife bovino - 80 g Salada de repolho colorido - 1,5 colher de sopa cheia Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 colher de arroz cheia Feijoada - 1 concha média cheia Farofa - 20 g Salada de couve - 40 g Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 colher de arroz cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Vaca atolada com carne e aipim - 0,5 colher de arroz cheia Fruta - 80 g
Lanche da tarde I 14h55	Bolo simples - 1 fatia média Leite com cacau em pó com açúcar - 1 copo duplo	Bolo salgado - 100 g Suco - 1 caneca	Bolacha doce - 25 g Frapê - 180 g	Bolacha salgada - 45 g Suco - 1 caneca	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 962,98 kcal = 4.029,11 kj	Proteína 33,58 g (13,5% VET)	Lipídios 27,13 g (24,6% VET)	Carboidratos 153,38 g (61,8% VET)	Fibra alimentar 14,86 g
Cálcio 403,63 mg	Ferro 7,58 mg	Vitamina A 109,58 mcg	Vitamina C 15,66 mg	Custo R\$ 5,09

EE "BAPTISTA DOLCI"

Modalidade: Ensino médio (15 - 17 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista
Jéssica Marcolin
Gonçalves
38050

Jéssica Marcolin Gonçalves
Nutricionista
CRN-3 38050

OBSERVAÇÕES: O cardápio pode sofrer alterações - Para dúvidas e sugestões contate a nutricionista - Cardápio segue a legislação do PNAE

REFEIÇÕES	SEGUNDA 08/06/2026	TERÇA 09/06/2026	QUARTA 10/06/2026	QUINTA 11/06/2026	SEXTA 12/06/2026
Café da manhã 9h30	Pão francês com manteiga - 60 g Leite com cacau - 250 g	Pão francês com manteiga - 60 g Leite com cacau - 250 g	Pão francês com manteiga - 60 g Leite com cacau - 250 g	Pão francês com manteiga - 60 g Leite com cacau - 250 g	Pão francês com manteiga - 60 g Leite com cacau - 250 g
Almoço 12h15	Arroz branco - 1 escumadeira média cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média cheia Empanado de frango - 75 g Salada de tomate - 40 g Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 escumadeira média cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média cheia Strogonoff de frango - 3 colher de sopa cheia Batata palha - 50 g Salada de alface - 1 colher de sopa cheia Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 escumadeira média cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média cheia Bife bovino - 80 g Salada de repolho colorido - 2 colher de sopa cheia Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 escumadeira média cheia Feijoada - 1,5 concha média cheia Farofa - 25 g Salada de couve - 40 g Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 escumadeira média cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média cheia Vaca atolada com carne e aipim - 1 colher de arroz cheia Fruta - 80 g
Lanche da tarde I 14h55	Bolo simples - 1 fatia média Leite com cacau em pó com açúcar - 1 copo duplo	Bolo salgado - 150 g Suco - 1 caneca	Bolacha doce - 35 g Frapê - 200 g	Bolacha salgada - 45 g Suco - 1 caneca	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.192,55 kcal = 4.989,64 kj	Proteína 43,26 g (14,1% VET)	Lipídios 34,15 g (25,1% VET)	Carboidratos 186,16 g (60,8% VET)	Fibra alimentar 19,46 g
Cálcio 470,93 mg	Ferro 9,87 mg	Vitamina A 125,98 mcg	Vitamina C 18,19 mg	Custo R\$ 7,97