

EE "BAPTISTA DOLCI"

Modalidade: Fundamental II (11 - 14 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista

Jéssica Marcolin
Gonçales
38050

Jessica Marcolin Gonçales

Nutricionista
CRN-3 38050

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

Assinatura

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

REFEIÇÕES	SEGUNDA 18/05/2026	TERÇA 19/05/2026	QUARTA 20/05/2026	QUINTA 21/05/2026	SEXTA 22/05/2026
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 Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Carne Suína acebolada - 80 g 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 Frango assado com batata - 1 unidade média Salada de beterraba - 2 colher de sopa cheia Fruta - 80 g
Lanche da tarde I 14h55	Bolo de Chocolate com Calda de Coco - 45 g Leite com cacau em pó com açúcar - 1 copo duplo	Pão doce - 50 g Chá mate orgânico - 150 g	Bolo de fubá com goiabada - 75 g Frapê - 180 g	Torta salgada de presunto e queijo - 1 pedaço médio Suco - 1 caneca	Canjica tradicional - 1 concha média cheia

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.028,16 kcal = 4.301,81 kj	Proteína 32,79 g (12,3% VET)	Lipídios 31,62 g (26,8% VET)	Carboidratos 161,73 g (60,9% VET)	Fibra alimentar 16,57 g
Cálcio 432,90 mg	Ferro 7,76 mg	Vitamina A 113,03 mcg	Vitamina C 17,27 mg	Custo R\$ 2,93

EE "BAPTISTA DOLCI"

Modalidade: Ensino médio (15 - 17 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

Nutricionista

Jéssica Marcolin

Gonçales

38050

Jessica Marcolin Gonçales

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 18/05/2026	TERÇA 19/05/2026	QUARTA 20/05/2026	QUINTA 21/05/2026	SEXTA 22/05/2026
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 Feijão carioca cozido - 1 concha média cheia Carne Suína acebolada - 80 g Farofa - 25 g Salada de couve - 40 g Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 escumadeira média cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média cheia Frango assado com batata - 1 unidade média Salada de beterraba - 2 colher de sopa cheia Fruta - 80 g
Lanche da tarde I 14h55	Bolo de Chocolate com Calda de Coco - 45 g Leite com cacau em pó com açúcar - 1 copo duplo	Pão doce - 75 g Chá mate orgânico - 200 g	Bolo de fubá com goiabada - 75 g Frapê - 200 g	Torta salgada de presunto e queijo - 2 pedaço médio Suco - 1 caneca	Canjica tradicional - 1 concha média cheia

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.259,61 kcal = 5.270,20 kj	Proteína 40,68 g (12,5% VET)	Lipídios 38,26 g (26,5% VET)	Carboidratos 198,05 g (61,0% VET)	Fibra alimentar 21,74 g
Cálcio 513,14 mg	Ferro 10,19 mg	Vitamina A 129,69 mcg	Vitamina C 19,57 mg	Custo R\$ 3,91