

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 30/03/2026	TERÇA 31/03/2026	QUARTA 01/04/2026	QUINTA 02/04/2026	SEXTA 03/04/2026
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	
Almoço 12h15	Arroz branco - 1 colher de arroz cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Empanado de frango - 75 g Purê de batata - 1 colher de arroz cheia Salada de brócolis - 20 g Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 colher de arroz cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Bife bovino - 80 g Abobrinha Refogada - 1 colher de arroz rasa 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 Frango assado com batata - 1 unidade média salada de Alface e tomate - 30 g Fruta - 80 g	Galinhada - 200 g	
Lanche da tarde I 14h55	Bolo de chocolate - 50 g Frapê - 180 g	Pão de queijo assado - 50 g Milk shake - 200 g	Pavê de chocolate - 50 g	Biscoito de polvilho - 30 g Frapê - 180 g	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.271,82 kcal = 5.321,29 kj	Proteína 36,70 g (11,2% VET)	Lipídios 35,61 g (24,5% VET)	Carboidratos 210,34 g (64,3% VET)	Fibra alimentar 13,95 g
Cálcio 397,10 mg	Ferro 7,85 mg	Retinol (Vitamina A) 138,72 mcg	Vitamina C 14,55 mg	Custo R\$ 2,69

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 30/03/2026	TERÇA 31/03/2026	QUARTA 01/04/2026	QUINTA 02/04/2026	SEXTA 03/04/2026
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	
Almoço 12h15	Arroz branco - 1 escumadeira média cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média cheia Empanado de frango - 75 g Purê de batata - 1 colher de arroz cheia Salada de brócolis - 25 g Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 escumadeira média cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média cheia Bife bovino - 80 g Abobrinha Refogada - 1 colher de arroz cheia 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 Frango assado com batata - 1 unidade média salada de Alface e tomate - 40 g Fruta - 80 g	Galinhada - 300 g	
Lanche da tarde I 14h55	Bolo de chocolate - 50 g Frapê - 200 g	Pão de queijo assado - 75 g Milk shake - 200 g	Pavê de chocolate - 50 g	Biscoito de polvilho - 30 g Frapê - 200 g	

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 1.494,05 kcal = 6.251,09 kj	Proteína 44,22 g (11,5% VET)	Lipídios 42,30 g (24,8% VET)	Carboidratos 244,68 g (63,7% VET)	Fibra alimentar 17,89 g
Cálcio 463,70 mg	Ferro 9,90 mg	Retinol (Vitamina A) 154,92 mcg	Vitamina C 17,53 mg	Custo R\$ 3,80