

# EM "Antônio Manente"

Modalidade: Fundamental I (6 - 10 anos)

Zona: Urbana

Período: Integral

**Nutricionista**  
Jéssica Marcolin  
Gonçales  
38050

Jéssica Marcolin Gonçales  
Nutricionista  
CRN-3 38030

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

REFEIÇÕES	SEGUNDA20/04/2026	TERÇA21/04/2026	QUARTA22/04/2026	QUINTA23/04/2026	SEXTA24/04/2026
Café da manhã 9h			Pão francês com manteiga - 50 g Leite com cacau - 200 g	Pão francês com manteiga - 50 g Leite com cacau - 200 g	Pão francês com manteiga - 50 g Leite com cacau - 200 g
Almoço 12h			Macarrão com Carne Moída [bolonhesa] - 1 escumadeira média cheia Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 colher de arroz cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Frango assado com batata - 0,5 unidade média Salada de tomate - 40 g Fruta - 80 g	Arroz branco - 1 colher de arroz cheia Feijão carioca cozido - 1 concha média rasa Bife bovino - 50 g Creme de milho - 25 g Salada de repolho colorido - 1,5 colher de sopa cheia Fruta - 80 g
Lanche da tarde 14h			Pão com Requeijão - 50 g Frapê - 150 g	Bolo simples - 1 fatia média Batida de abacate - 1 copo pequeno	Pão salgado recheado - 45 g Suco - 1 caneca

## COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA DA SEMANA)

Energia 939,47 kcal = 3.930,74 kj	Proteína 29,96 g (12,4% VET)	Lipídios 18,80 g (17,5% VET)	Carboidratos 169,08 g (70,1% VET)	Fibra alimentar 13,12 g
Cálcio 386,71 mg	Ferro 7,04 mg	Retinol (Vitamina A) 72,53 mcg	Vitamina C 14,39 mg	Custo R\$ 2,47