

PARECER DO CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE SÃO GERALDO DO ARAGUAIAIA – PA, RELATIVO AO CARDÁPIO DO MÊS DE DEZEMBRO/2025

Os Membros do Conselho de Alimentação Escolar do município de São Geraldo do Araguaia – PA, no uso das atribuições que lhe são conferidas pelo Decreto Municipal 034/2025 – GPMSAGA:

RELATÓRIO: Foram analisados os cardápios da Educação Infantil, Ensino Fundamental I e II, Ensino Médio, EJA e Tempo Integral, das zonas urbanas e rurais referente ao mês de DEZEMBRO 2025.

PARECER: Após uma análise detalhada dos cardápios, o Conselho de Alimentação Escolar de São Geraldo do Araguaia-PA, responsável pelo acompanhamento e fiscalização dos recursos do Programa Nacional de Alimentação Escolar emite **PARECER FAVORÁVEL**, quanto á aplicabilidade dos cardápios para o mês de DEZEMBRO de 2025.

É O PARECER

São Geraldo do Araguaia- Pará, 26 de Novembro de 2025

Henrique França Barros
Presidente do CAE

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO GERALDO DO ARAGUAIA – PA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – DAE

CARDÁPIO CRECHE E PRÉ ESCOLA
ZONA URBANA

DEZEMBRO/2025

	2º FEIRA – 01/12/2025	3º FEIRA – 02/12/2025	4º FEIRA – 03/12/2025	5º FEIRA – 04/12/2025	6º FEIRA – 05/12/2025
LANCHES	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com margarina + vitamina (leite+polpa) + fruta	Sopa de frango com macarrão, batatinha e cenoura	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	Cuscuz com ovos e suco de fruta
	2º FEIRA – 08/12/2025	3º FEIRA – 09/12/2025	4º FEIRA – 10/12/2025	5º FEIRA – 11/12/2025	6º FEIRA – 12/12/2025
LANCHES	FERIADO	Arroz com cenoura, carne moída com batatinha, feijão ao molho e salada de repolho e tomate	Sopa de frango com macarrão, cenoura e batata	Farofa de cuscuz com carne moída e cenoura + suco de fruta	Arroz branco, feijão ao molho, frango refogado com cenoura e batata e salada de repolho e tomate
	2º FEIRA – 15/12/2025	3º FEIRA – 16/12/2025	4º FEIRA – 17/12/2025	5º FEIRA – 18/12/2025	6º FEIRA – 19/12/2025
LANCHES	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com margarina + vitamina (leite+polpa) + fruta	Sopa de frango com macarrão, batatinha e cenoura	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	Cuscuz com ovos e suco de fruta

Loany Cristiny P. de C. Galdioso
 Nutricionista CRN7 16125

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS

	KCAL	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VIT. A (mcg)	VIT C (mg)	CALCIO (mg)	FERRO (mg)
1^a SEMANA	325	50	14	8	110,2	95,66	21,6	1,79
2^a SEMANA	313	48	12	7	119,6	35,7	53,8	1,11
3^a SEMANA	325	50	14	8	110,2	95,66	21,6	1,79

CRECHE – REFERENCIA – 30% DAS NECESSIDADES DIARIAS									
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitaminas	Minerais		
			55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	25 a 35% do VET	A (mcg)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Creche	7 a 11 meses	203	28 a 33	5 a 8	6 a 8	150	15	78	2
	1 a 3 anos	304	42 a 49	8 a 11	8 a 12	63	4	150	1
Pré Escola	4 – 5 anos	270	37 a 44	7 a 10	8 a 11	-	-	-	-

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004;

Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS), 2004 e 2007.

*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET).

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO GERALDO DO ARAGUAIA – PA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – DAE

CARDÁPIO CRECHE E PRÉ ESCOLA – CMEI PROF. GOIAMAR GONÇALVES

ZONA URBANA

DEZEMBRO/2025

	2º FEIRA – 01/12/2025	3º FEIRA – 02/12/2025	4º FEIRA – 03/12/2025	5º FEIRA – 04/12/2025	6º FEIRA – 05/12/2025
LANCHES	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com margarina + vitamina (leite+polpa) + fruta	Torta de frango, com cenoura e tomate e suco de fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	Cuscuz com ovos e suco de fruta
	2º FEIRA – 08/12/2025	3º FEIRA – 09/12/2025	4º FEIRA – 10/12/2025	5º FEIRA – 11/12/2025	6º FEIRA – 12/12/2025
LANCHES	FERIADO	Arroz com cenoura, carne moída com batatinha, feijão ao molho e salada de repolho e tomate	Sopa de frango com macarrão, cenoura e batata	Torta de carne moída com cenoura e tomate e suco de fruta	Arroz branco, feijão ao molho, frango refogado com cenoura e batata e salada de repolho e tomate
	2º FEIRA – 15/12/2025	3º FEIRA – 16/12/2025	4º FEIRA – 17/12/2025	5º FEIRA – 18/12/2025	6º FEIRA – 19/12/2025
LANCHES	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com margarina + vitamina (leite+polpa) + fruta	Torta de frango, com cenoura e tomate e suco de fruta	Cuscuz com ovos e suco de fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada

Loany Cristiny P. de C. Galdioso
 Nutricionista CRN7 16125

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS

	KCAL	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	VIT. A (mcg)	VIT C (mg)	CALCIO (mg)	FERRO (mg)
1^a SEMANA	325	50	14	8	110,2	95,66	21,6	1,79
2^a SEMANA	313	48	12	7	119,6	35,7	53,8	1,11
3^a SEMANA	325	50	14	8	110,2	95,66	21,6	1,79

CRECHE – REFERENCIA – 30% DAS NECESSIDADES DIARIAS									
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g)	Proteína (g)	Lipídeo (g)	Vitaminas		Minerais	
			55 a 65% do VET	10 a 15% do VET	25 a 35% do VET	A (mcg)	C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
Creche	7 a 11 meses	203	28 a 33	5 a 8	6 a 8	150	15	78	2
	1 a 3 anos	304	42 a 49	8 a 11	8 a 12	63	4	150	1
Pré Escola	4 – 5 anos	270	37 a 44	7 a 10	8 a 11	-	-	-	-

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004;

Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS),2004 e 2007.

*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65%do Valor Energético Total da Dieta (VET).



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO GERALDO DO ARAGUAIA – PA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – DAE

CARDAPIO 02 FUNDAMENTAL I E II – ESCOLAS COM MENOS DE 300 ALUNOS

PERÍODO PARCIAL – ZONA URBANA

DEZEMBRO/2025

	2º FEIRA – 01/12/2025	3º FEIRA – 02/12/2025	4º FEIRA – 03/12/2025	5º FEIRA – 04/12/2025	6º FEIRA – 05/12/2025
LANCHES	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com margarina + vitamina (leite+polpa) + fruta	Farofa de frango com cenoura + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	Cuscuz com ovos e suco de fruta
	2º FEIRA – 08/12/2025	3º FEIRA – 09/12/2025	4º FEIRA – 10/12/2025	5º FEIRA – 11/12/2025	6º FEIRA – 12/12/2025
LANCHES	FERIADO	Arroz com cenoura, carne moída com batatinha, feijão ao molho e salada de repolho e tomate	Farofa de cuscuz com carne moída e cenoura + suco de fruta	Sopa de frango com macarrão, cenoura e batata	Farofa de ovos, com suco de fruta
	2º FEIRA – 15/12/2025	3º FEIRA – 16/12/2025	4º FEIRA – 17/12/2025	5º FEIRA – 18/12/2025	6º FEIRA – 19/12/2025
LANCHES	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com margarina + vitamina (leite+polpa) + fruta	Farofa de frango com cenoura + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	Cuscuz com ovos e suco de fruta

Loany Cristiny P. de C. Galdioso
Nutricionista CRN7 16125



INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS

MARÇO	KCAL	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
1^a SEMANA	376	73	9	8
2^a SEMANA	346	56	12	7
3^a SEMANA	376	73	9	8

ENSINO FUNDAMENTAL, MEDIO E EJA – REFERENCIA – 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g) 55 a 65% do VET	Proteína (g) 10 a 15% do VET	Lipídeo (g) 15 a 30% do VET
Ensino Fundamental	6 a 10 anos	329	45 a 53	8 a 12	9 a 13
	11 a 15 anos	473	65 a 77	12 a 18	13 a 18
Ensino Médio	16 a 18 anos	543	75 a 88	14 a 20	15 a 21
EJA	19 a 30 anos	477	66 a 77	12 a 18	8 a 16
	31 a 60 anos	459	63 a 75	11 a 17	8 a 15

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004;

Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS),2004 e 2007.

*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65%do Valor Energético Total da Dieta (VET)

CARDAPIO 01 FUNDAMENTAL I E II E ENSINO MEDIO – ESCOLAS ACIMA DE 300 ALUNOS
PERIODO PARCIAL – ZONA URBANA

NOVEMBRO/2025

	2º FEIRA – 01/12/2025	3º FEIRA – 02/12/2025	4º FEIRA – 03/12/2025	5º FEIRA – 04/12/2025	6º FEIRA – 05/12/2025
LANCHES	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com margarina + vitamina (leite+polpa) + fruta	Farofa de frango com cenoura + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho e tomate	Cuscuz com ovos e suco de fruta
	2º FEIRA – 08/12/2025	3º FEIRA – 09/12/2025	4º FEIRA – 10/12/2025	5º FEIRA – 11/12/2025	6º FEIRA – 12/12/2025
LANCHES	FERIADO	Arroz branco, carne moída com batatinha, feijão ao molho e salada de repolho e tomate	Farofa de cuscuz com carne moída + suco de fruta	Sopa de frango com macarrão, cenoura e batata	Farofa de ovos, com suco de fruta
	2º FEIRA – 15/12/2025	3º FEIRA – 16/12/2025	4º FEIRA – 17/12/2025	5º FEIRA – 18/12/2025	6º FEIRA – 19/12/2025
LANCHES	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Cuscuz com margarina + vitamina (leite+polpa) + fruta	Farofa de frango com cenoura + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho e tomate	Cuscuz com ovos e suco de fruta

Loany Cristiny P. de C. Galdioso
Nutricionista CRN7 16125



INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS

MARÇO	KCAL	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
1^a SEMANA	376	73	9	8
2^a SEMANA	346	56	12	7
3^a SEMANA	376	73	9	8

ENSINO FUNDAMENTAL, MEDIO E EJA – REFERENCIA – 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g) 55 a 65% do VET	Proteína (g) 10 a 15% do VET	Lipídeo (g) 15 a 30% do VET
Ensino Fundamental	6 a 10 anos	329	45 a 53	8 a 12	9 a 13
	11 a 15 anos	473	65 a 77	12 a 18	13 a 18
Ensino Médio	16 a 18 anos	543	75 a 88	14 a 20	15 a 21
EJA	19 a 30 anos	477	66 a 77	12 a 18	8 a 16
	31 a 60 anos	459	63 a 75	11 a 17	8 a 15

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004;

Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS),2004 e 2007.

*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65%do Valor Energético Total da Dieta (VET)



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO GERALDO DO ARAGUAIA – PA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – DAE

CARDAPIO 02 FUNDAMENTAL I E II, E ENSINO MEDIO
PERÍODO PARCIAL – ZONA RURAL

DEZEMBRO/2025

	2º FEIRA – 01/12/2025	3º FEIRA – 02/12/2025	4º FEIRA – 03/12/2025	5º FEIRA – 04/12/2025	6º FEIRA – 05/12/2025
LANCHES	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com margarina + vitamina (leite+polpa) + fruta	Farofa de frango com cenoura + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	Cuscuz com ovos e suco de fruta
	2º FEIRA – 08/12/2025	3º FEIRA – 09/12/2025	4º FEIRA – 10/12/2025	5º FEIRA – 11/12/2025	6º FEIRA – 12/12/2025
LANCHES	FERIADO	Arroz com cenoura, carne moída com batatinha, feijão ao molho e salada de repolho e tomate	Farofa de cuscuz com carne moída e cenoura + suco de fruta	Sopa de frango com macarrão, cenoura e batata	Farofa de ovos, com suco de fruta
	2º FEIRA – 15/12/2025	3º FEIRA – 16/12/2025	4º FEIRA – 17/12/2025	5º FEIRA – 18/12/2025	6º FEIRA – 19/12/2025
LANCHES	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com margarina + vitamina (leite+polpa) + fruta	Farofa de frango com cenoura + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	Cuscuz com ovos e suco de fruta

Loany Cristiny P. de C. Galdioso
Nutricionista CRN7 16125



MARÇO	KCAL	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
1^a SEMANA	376	73	9	8
2^a SEMANA	346	56	12	7
3^a SEMANA	376	73	9	8

ENSINO FUNDAMENTAL, MÉDIO E EJA – REFERÊNCIA – 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g) 55 a 65% do VET	Proteína (g) 10 a 15% do VET	Lipídeo (g) 15 a 30% do VET
Ensino Fundamental	6 a 10 anos	329	45 a 53	8 a 12	9 a 13
	11 a 15 anos	473	65 a 77	12 a 18	13 a 18
Ensino Médio	16 a 18 anos	543	75 a 88	14 a 20	15 a 21
EJA	19 a 30 anos	477	66 a 77	12 a 18	8 a 16
	31 a 60 anos	459	63 a 75	11 a 17	8 a 15

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004;

Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS), 2004 e 2007.

*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65% do Valor Energético Total da Dieta (VET)

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO GERALDO DO ARAGUAIA – PA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – DAE

CARDAPIO EJA E APAE
PERÍODO PARCIAL – ZONA URBANA

DEZEMBRO/2025

	2º FEIRA – 01/12/2025	3º FEIRA – 02/12/2025	4º FEIRA – 03/12/2025	5º FEIRA – 04/12/2025	6º FEIRA – 05/12/2025
LANCHES	Baião de dois, frango ao molho com batata, salada de repolho, tomate e cenoura	Arroz com cenoura, feijão ao molho, carne moída com batatinha, e salada de repolho e tomate	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura e batatinha	Arroz com linguiça, feijão de caldo, beterraba cozida e salada de repolho, tomate e cenoura
Bet	2º FEIRA – 08/12/2025	3º FEIRA – 09/12/2025	4º FEIRA – 10/12/2025	5º FEIRA – 11/12/2025	6º FEIRA – 12/12/2025
LANCHES	FERIADO	Arroz branco, feijão ao molho, carne em cubos com batatinha e salada de repolho e tomate	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, batata e beterraba	Arroz branco, feijão ao molho, assado de panela com batata, farofa e salada de repolho e tomate	Baião de dois, frango ao molho com batata, farofa e salada de repolho e tomate
	2º FEIRA – 15/12/2025	3º FEIRA – 16/12/2025	4º FEIRA – 17/12/2025	5º FEIRA – 18/12/2025	6º FEIRA – 19/12/2025
LANCHES	Baião de dois, frango ao molho com batata, salada de repolho, tomate e cenoura	Arroz com cenoura, feijão ao molho, carne moída com batatinha, e salada de repolho e tomate	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura e batatinha	Arroz com linguiça, feijão de caldo, beterraba cozida e salada de repolho, tomate e cenoura

Loany Cristiny P. de C. Galdioso
 Nutricionista CRN7 16125



INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS

MARÇO	KCAL	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
1^a SEMANA	377	56	15	10
2^a SEMANA	351	54	13	8
3^a SEMANA	377	56	15	10

ENSINO FUNDAMENTAL, MEDIO E EJA – REFERENCIA – 20% DAS NECESSIDADES DIARIAS					
Categoria	Idade	Energia (kcal)	Carboidratos (g) 55 a 65% do VET	Proteína (g) 10 a 15% do VET	Lipídeo (g) 15 a 30% do VET
Ensino Fundamental	6 a 10 anos	329	45 a 53	8 a 12	9 a 13
	11 a 15 anos	473	65 a 77	12 a 18	13 a 18
Ensino Médio	16 a 18 anos	543	75 a 88	14 a 20	15 a 21
EJA	19 a 30 anos	477	66 a 77	12 a 18	8 a 16
	31 a 60 anos	459	63 a 75	11 a 17	8 a 15

Fonte: Energia – Organização das Nações Unidas para Agricultura e Alimentação (FAO), 2004;

Carboidrato, Proteína e Lipídio – Organização Mundial de Saúde (OMS),2004 e 2007.

*Para uso de referência dessa resolução, usou-se faixa de carboidrato de 55% a 65%do Valor Energético Total da Dieta (VET)



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO GERALDO DO ARAGUAIA – PA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – DAE

CARDAPIO FUNDAMENTAL I - INTEGRAL

ZONA URBANA E ZONA RURAL

DEZEMBRO/2025 – 1º SEMANA

	2º FEIRA – 01/12/2025	3º FEIRA – 02/12/2025	4º FEIRA – 03/12/2025	5º FEIRA – 04/12/2025	6º FEIRA – 05/12/2025	
LANCHE DA MANHA	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Farofa de carne moída + suco de fruta	Pão hot dog com ovos + suco de fruta	Farofa de cuscuz com frango desfiado e cenoura + suco de fruta	Farofa de frango com cenoura e suco de fruta	
ALMOÇO	Baião de dois, frango ao molho com batata e cenoura, salada de repolho, tomate e cenoura	Arroz com cenoura, feijão ao molho, carne moída com batatinha, e salada de repolho e tomate	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	Arroz com carne moída, feijão ao molho, macarronada e salada de repolho e tomate	Baião de dois, linguiça refogada com batata e cenoura e salada de repolho e tomate	
LANCHE DA TARDE	Farofa de frango com cenoura + suco de fruta + fruta	Torta de frango com cenoura e tomate + suco de fruta	Bolo de cenoura com suco de fruta + fruta	Beiju com margarina e vitamina (leite+polpa)	Torta de carne moída com cenoura e tomate + suco de fruta	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL		ENERGIA %	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	
		91	1.048	176	33	
					LPD (g)	
				24	NA (mg)	
					VIT C (mg)	
					CALCIO (mg)	
					1.023,6	
					235,2	
					171,2	
REFERENCIA						
ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	NA (mg)	Loany Cristiny P de C Galdioso – CRN7 16125	
1.150	158 a 187	29 a 43	32 a 45	1.400		

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO GERALDO DO ARAGUAIA – PA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – DAE

CARDAPIO FUNDAMENTAL I - INTEGRAL
ZONA URBANA E ZONA RURAL

DEZEMBRO/2025 – 2º SEMANA

	2º FEIRA – 08/12/2025	3º FEIRA – 09/12/2025		4º FEIRA – 10/12/2025		5º FEIRA – 11/12/2025		6º FEIRA – 12/12/2025	
LANCHE DA MANHA	FERIADO	Pão hot dog com ovos + suco de fruta		Farofa de cuscuz com frango desfiado e cenoura + suco de fruta		Pão hot dog com carne moída + suco de fruta		Farofa de frango com cenoura e suco de fruta + fruta	
ALMOÇO	FERIADO	Baião de dois, frango assado com batata e cenoura, macarronada e salada de repolho e tomate		Arroz branco, feijão ao molho, assado de panela com batata, farofa e salada de repolho e tomate		Baião de dois, frango ao molho com batata, farofa e salada de repolho e tomate		Arroz branco, feijão ao molho, carne moída com batatinha e salada de repolho e tomate	
LANCHE DA TARDE	FERIADO	Torta de frango com cenoura e tomate + suco de fruta		Beiju com margarina + vitamina (leite + polpa) + fruta		Farofa de carne moída + suco de fruta		Torta de carne moída com cenoura e tomate e suco de fruta	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL		ENERGIA %	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	NA (mg)	VIT C (mg)	CALCIO (mg)
		96	1.103	187	37	23	1166,55	303,86	149,22
REFERENCIA									
ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	NA (mg)	Loany Cristiny P de C Galdioso – CRN7 16125				
1.150	158 a 187	29 a 43	32 a 45	1.400	Loany Cristiny P de C Galdioso – CRN7 16125				



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO GERALDO DO ARAGUAIA – PA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
DEPARTAMENTO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – DAE

CARDAPIO FUNDAMENTAL I - INTEGRAL
ZONA URBANA E ZONA RURAL

NOVEMBRO/ 2025 – 3º SEMANA

	2º FEIRA – 15/12/2025	3º FEIRA – 16/12/2025		4º FEIRA – 17/12/2025		5º FEIRA – 18/12/2025		6º FEIRA – 19/12/2025					
LANCHE DA MANHA	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Farofa de carne moída + suco de fruta		Pão hot dog com ovos + suco de fruta		Farofa de cuscuz com carne moída + suco de fruta		Farofa de frango com cenoura e suco de fruta					
ALMOÇO	Baião de dois, frango ao molho com batata, salada de repolho, tomate e cenoura	Arroz com cenoura, feijão ao molho, carne moída com batatinha, e salada de repolho e tomate		Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.		Arroz branco, feijão ao molho, carne em cubos com batatinha, e salada de repolho e tomate		Baião de dois, linguiça refogada com batata e cenoura e salada de repolho e tomate					
LANCHE DA TARDE	Farofa de frango com cenoura + suco de fruta + fruta	Torta de frango com cenoura e tomate + suco de fruta		Bolo de cenoura com suco de fruta + fruta		Torta de frango com cenoura e tomate + suco de fruta		Torta de carne moída com cenoura e tomate + suco de fruta					
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL		ENERGIA %	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	NA (mg)	VIT C (mg)	CALCIO (mg)				
		94	1.080	180	32	25	1.056,1	284,4	187,5				
REFERENCIA						Loany Cristiny P de C Galdioso – CRN7 16125							
ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	NA (mg)									
1.150	158 a 187	29 a 43	32 a 45	1.400									