

PARECER DO CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR DE SÃO GERALDO DO ARAGUAIA – PA, RELATIVO AO CARDÁPIO DO MÊS DE OUTUBRO/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 OUTUBRO 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 OUTUBRO de 2025.

É O PARECER

São Geraldo do Araguaia- Pará, 23 de Setembro 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

CARDAPIO CRECHE E PRÉ ESCOLA
ZONA URBANA

OUTUBRO/2025

			4° FEIRA – 01/10/2025	5° FEIRA – 02/10/2025	6° FEIRA – 03/10/2025
LANCHES			FERIADO	Farofa de cuscuz com carne moída + suco de fruta + fruta	Arroz branco, strogonoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.
	2º FEIRA – 06/10/2025	3º FEIRA – 07/10/2025	4º FEIRA – 08/10/2025	5º FEIRA – 09/10/2025	6º FEIRA – 10/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com manteiga e vitamina (leite+polpa) + fruta	Baião de dois, frango ao molho com batata e salada de repolho e tomate	Sopa de frango com macarrão, batatinha e cenoura
	2º FEIRA – 13/10/2025	3º FEIRA – 14/10/2025	4º FEIRA – 15/10/2025	5º FEIRA – 16/10/2025	6º FEIRA – 17/10/2025
LANCHES	Arroz com carne moída e cenoura, feijão ao molho e salada de repolho e tomate	Sopa de frango com macarrão, batata e cenoura	FERIADO	Farofa de cuscuz com ovos e cenoura com suco de fruta	Arroz branco com frango, feijão ao molho e salada de repolho e tomate
	2º FEIRA – 20/10/2025	3º FEIRA – 21/10/2025	4º FEIRA – 22/10/2025	5º FEIRA – 23/10/2025	6º FEIRA – 24/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com manteiga e vitamina (leite+polpa) + fruta	Baião de dois, frango ao molho com batata e salada de repolho e tomate	Sopa de frango com macarrão, batatinha e cenoura
	2º FEIRA – 27/10/2025	3º FEIRA – 28/10/2025	4º FEIRA – 29/10/2025	5º FEIRA – 30/10/2025	6º FEIRA – 31/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz carne moída e açaí	FERIADO	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Arroz branco, strogonoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	FERIADO

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)
1ª SEMANA	314,1	51	12	7	1.499,4	76,5	32,5	1,47
2ª SEMANA	313,7	49	12	8	109,3	30,3	48,9	1,32
3ª SEMANA	325,2	50	14	8	110,2	95,66	21,6	1,79
4ª SEMANA	313,8	50	12	7	119,6	35,7	53,8	1,11
5ª SEMANA	319,1	46	15	8	136,88	11,45	21,47	1,63

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

CARDAPÍO CRECHE E PRÉ ESCOLA – CMEI PROF. GOIAMAR GONÇALVES

ZONA URBANA

OUTUBRO/2025

			4° FEIRA – 01/10/2025	5° FEIRA – 02/10/2025	6° FEIRA – 03/10/2025
LANCHES			FERIADO	Torta de carne moída com cenoura e tomate + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.
	2º FEIRA – 06/10/2025	3º FEIRA – 07/10/2025	4º FEIRA – 08/10/2025	5º FEIRA – 09/10/2025	6º FEIRA – 10/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com manteiga e vitamina (leite+polpa) + fruta	Baião de dois, frango ao molho com batata e salada de repolho e tomate	Torta de frango, com cenoura e tomate + suco de fruta
	2º FEIRA – 13/10/2025	3º FEIRA – 14/10/2025	4º FEIRA – 15/10/2025	5º FEIRA – 16/10/2025	6º FEIRA – 17/10/2025
LANCHES	Arroz com carne moída e cenoura, feijão ao molho e salada de repolho e tomate	Sopa de frango com macarrão, batata e cenoura	FERIADO	Torta de carne moída com cenoura e tomate + suco de fruta + fruta	Arroz branco com frango, feijão ao molho e salada de repolho e tomate
	2º FEIRA – 20/10/2025	3º FEIRA – 21/10/2025	4º FEIRA – 22/10/2025	5º FEIRA – 23/10/2025	6º FEIRA – 24/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Beiju com manteiga e vitamina (leite+polpa) + fruta	Baião de dois, frango ao molho com batata e salada de repolho e tomate	Torta de frango, com cenoura e tomate + suco de fruta
	2º FEIRA – 27/10/2025	3º FEIRA – 28/10/2025	4º FEIRA – 29/10/2025	5º FEIRA – 30/10/2025	6º FEIRA – 31/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz carne moída e açaí	FERIADO	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	FERIADO

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)
1ª SEMANA	316,7	51	13	6	1.499,4	77,05	37,34	1,36
2ª SEMANA	327,2	52	11	8	113,7	41,2	53,2	1,37
3ª SEMANA	328,5	50	15	7	134,6	96,3	32,6	1,64
4ª SEMANA	330,7	54	11	8	125,1	49,3	59,2	1,17
5ª SEMANA	319,1	46	15	8	136,88	11,45	21,47	1,63

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

OUTUBRO/2025

			4º FEIRA – 01/10/2025	5º FEIRA – 02/10/2025	6º FEIRA – 03/10/2025
LANCHES			FERIADO	Farofa de carne moída + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.
	2º FEIRA – 06/10/2025	3º FEIRA – 07/10/2025	4º FEIRA – 08/10/2025	5º FEIRA – 09/10/2025	6º FEIRA – 10/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Farofa de frango desfiado, com cenoura e suco de fruta	Baião de dois, frango ao molho com batata e salada de repolho e tomate	Beiju com margarina e vitamina (leite+polpa) + fruta
	2º FEIRA – 13/10/2025	3º FEIRA – 14/10/2025	4º FEIRA – 15/10/2025	5º FEIRA – 16/10/2025	6º FEIRA – 17/10/2025
LANCHES	Farofa de carne moída com açaí	Sopa de frango com macarrão, batata e cenoura	FERIADO	Farofa de cuscuz com ovos e cenoura com suco de fruta	Arroz branco com frango, feijão ao molho e salada de repolho e tomate
	2º FEIRA – 20/10/2025	3º FEIRA – 21/10/2025	4º FEIRA – 22/10/2025	5º FEIRA – 23/10/2025	6º FEIRA – 24/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Farofa de cuscuz frango desfiado, com suco de fruta	Baião de dois, carne moída ao molho com batata e cenoura e salada de repolho e tomate	Beiju com margarina e vitamina (leite+polpa) + fruta
	2º FEIRA – 27/10/2025	3º FEIRA – 28/10/2025	4º FEIRA – 29/10/2025	5º FEIRA – 30/10/2025	6º FEIRA – 31/10/2025
LANCHES	Farofa de carne moída com açaí	FERIADO	Cuscuz com frango + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	FERIADO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS

MARÇO	KCAL	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
1^a SEMANA	318	53	10	7
2^a SEMANA	360	61	10	8
3^a SEMANA	346	56	12	7
4^a SEMANA	376	73	9	8
5^a SEMANA	296	40	14	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 01 FUNDAMENTAL I E II E ENSINO MEDIO – ESCOLAS ACIMA DE 300 ALUNOS
 PERÍODO PARCIAL – ZONA URBANA

OUTUBRO/2025

			4º FEIRA – 01/10/2025	5º FEIRA – 02/10/2025	6º FEIRA – 03/10/2025
LANCHES			FERIADO	Farofa de carne moída + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.
	2º FEIRA – 06/10/2025	3º FEIRA – 07/10/2025	4º FEIRA – 08/10/2025	5º FEIRA – 09/10/2025	6º FEIRA – 10/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Farofa de frango desfiado, com cenoura e suco de fruta	Baião de dois, frango ao molho com batata e salada de repolho e tomate	Beiju com margarina e vitamina (leite+polpa) + fruta
	2º FEIRA – 13/10/2025	3º FEIRA – 14/10/2025	4º FEIRA – 15/10/2025	5º FEIRA – 16/10/2025	6º FEIRA – 17/10/2025
LANCHES	Farofa de carne moída com açaí	Sopa de frango com macarrão, batata e cenoura	FERIADO	Farofa de cuscuz com ovos e cenoura com suco de fruta	Arroz branco com frango, feijão ao molho e salada de repolho e tomate
	2º FEIRA – 20/10/2025	3º FEIRA – 21/10/2025	4º FEIRA – 22/10/2025	5º FEIRA – 23/10/2025	6º FEIRA – 24/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Farofa de cuscuz frango desfiado, com suco de fruta	Baião de dois, carne moída ao molho com batata e cenoura e salada de repolho e tomate	Cuscuz com margarina e vitamina (leite+polpa) + fruta
	2º FEIRA – 27/10/2025	3º FEIRA – 28/10/2025	4º FEIRA – 29/10/2025	5º FEIRA – 30/10/2025	6º FEIRA – 31/10/2025
LANCHES	Farofa de carne moída com açaí	FERIADO	Cuscuz com frango + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	FERIADO

Loany Cristiny P. de C. Galdioso
 Nutricionista CRN7 16125

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS

MARÇO	KCAL	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
1ª SEMANA	242,2	40	9	4
2ª SEMANA	308,2	59	9	4
3ª SEMANA	313,7	57	10	5
4ª SEMANA	308,2	59	9	4
5ª SEMANA	353,2	66,4	8,6	6,5

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

CARDAPÍO FUNDAMENTAL I E II E ENSINO MÉDIO
 PERÍODO PARCIAL – ZONA RURAL

OUTUBRO/2025

			4º FEIRA – 01/10/2025	5º FEIRA – 02/10/2025	6º FEIRA – 03/10/2025
LANCHES			FERIADO	Farofa de carne moída + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.
	2º FEIRA – 06/10/2025	3º FEIRA – 07/10/2025	4º FEIRA – 08/10/2025	5º FEIRA – 09/10/2025	6º FEIRA – 10/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Farofa de frango desfiado, com cenoura e suco de fruta	Baião de dois, frango ao molho com batata e salada de repolho e tomate	Beiju com margarina e vitamina (leite+polpa) + fruta
	2º FEIRA – 13/10/2025	3º FEIRA – 14/10/2025	4º FEIRA – 15/10/2025	5º FEIRA – 16/10/2025	6º FEIRA – 17/10/2025
LANCHES	Farofa de carne moída com açaí	Sopa de frango com macarrão, batata e cenoura	FERIADO	Farofa de cuscuz com ovos e cenoura com suco de fruta	Arroz branco com frango, feijão ao molho e salada de repolho e tomate
	2º FEIRA – 20/10/2025	3º FEIRA – 21/10/2025	4º FEIRA – 22/10/2025	5º FEIRA – 23/10/2025	6º FEIRA – 24/10/2025
LANCHES	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Farofa de cuscuz frango desfiado, com suco de fruta	Baião de dois, carne moída ao molho com batata e cenoura e salada de repolho e tomate	Beiju com margarina e vitamina (leite+polpa) + fruta
	2º FEIRA – 27/10/2025	3º FEIRA – 28/10/2025	4º FEIRA – 29/10/2025	5º FEIRA – 30/10/2025	6º FEIRA – 31/10/2025
LANCHES	Farofa de carne moída com açaí	FERIADO	Cuscuz com frango + suco de fruta + fruta	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	FERIADO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS

MARÇO	KCAL	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
1ª SEMANA	318	53	10	7
2ª SEMANA	360	61	10	8
3ª SEMANA	346	56	12	7
4ª SEMANA	376	73	9	8
5ª SEMANA	296	40	14	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 EJA E APAE

PERIODO PARCIAL – ZONA URBANA

OUTUBRO/2025

			4º FEIRA – 01/10/2025	5º FEIRA – 02/10/2025	6º FEIRA – 03/10/2025
LANCHES			FERIADO	Arroz com cenoura, feijão ao molho, carne moída com batatinha, e salada de repolho e tomate	Arroz branco, strogonoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.
	2º FEIRA – 06/10/2025	3º FEIRA – 07/10/2025	4º FEIRA – 08/10/2025	5º FEIRA – 09/10/2025	6º FEIRA – 10/10/2025
LANCHES	Arroz branco, feijão ao molho, frango ao molho com batata e cenoura e salada de repolho e tomate	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Arroz branco, feijão ao molho, assado de panela com batata, macarrão no molho de tomate 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 cenoura, repolho e batata, macarronada e vinagrete
	2º FEIRA – 13/10/2025	3º FEIRA – 14/10/2025	4º FEIRA – 15/10/2025	5º FEIRA – 16/10/2025	6º FEIRA – 17/10/2025
LANCHES	Baião de dois, carne moída com batatinha, farofa e salada de repolho e tomate	Sopa de frango com macarrão, batata e cenoura	FERIADO	Arroz branco, feijão ao molho, linguiça refogada com batata e cenoura e salada de repolho e tomate	Arroz branco com frango, feijão ao molho e salada de repolho e tomate
	2º FEIRA – 20/10/2025	3º FEIRA – 21/10/2025	4º FEIRA – 22/10/2025	5º FEIRA – 23/10/2025	6º FEIRA – 24/10/2025
LANCHES	Arroz branco, feijão ao molho, frango ao molho com batata e cenoura e salada de repolho e tomate	Sopa de carne moída com macarrão, cenoura, beterraba e batata	Arroz branco, feijão ao molho, assado de panela com batata, macarrão no molho de tomate 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 cenoura, repolho e batata, macarronada e vinagrete
	2º FEIRA – 27/10/2025	3º FEIRA – 28/10/2025	4º FEIRA – 29/10/2025	5º FEIRA – 30/10/2025	6º FEIRA – 31/10/2025
	Baião de dois, carne moída com batatinha, farofa e salada de repolho e tomate	FERIADO	Sopa de frango com macarrão, batata e cenoura	Arroz branco, strogonoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	FERIADO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS

MARÇO	KCAL	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)
1ª SEMANA	351,9	54,6	13,6	8
2ª SEMANA	377,9	59	17	8
3ª SEMANA	377,2	56	15	10
4ª SEMANA	377,9	59	17	8
5ª SEMANA	337,1	49,9	12	9

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 FUNDAMENTAL I - INTEGRAL
ZONA URBANA E ZONA RURAL

OUTUBRO/2025 – 1º SEMANA

			4º FEIRA – 01/10/2025	5º FEIRA – 02/10/2025	6º FEIRA – 03/10/2025
LANCHE DA MANHA			FERIADO	Pão hot dog com ovos + suco de fruta	Farofa de carne moída com cenoura e suco de fruta
ALMOÇO			FERIADO	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.
LANCHE DA TARDE			FERIADO	Bolo de laranja com suco de fruta + fruta	Beiju com margarina e vitamina (leite+polpa)
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL		ENERGIA %	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)
		91	1.048	176	33
		LPD (g)	NA (mg)	VIT C (mg)	CALCIO (mg)
		24	1.023,6	235,2	171,2
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	

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

OUTUBRO/2025 – 2º SEMANA

	2º FEIRA – 06/10/2025	3º FEIRA – 07/10/2025		4º FEIRA – 08/10/2025	5º FEIRA – 09/10/2025		6º FEIRA – 10/10/2025				
LANCHE DA MANHA	Farofa de cuscuz com carne moída e cenoura + suco de fruta	Pão hot dog com frango desfiado + suco de fruta		Farofa de cuscuz com frango desfiado e cenoura + suco de fruta	Pão hot dog com ovos + suco de fruta		Farofa de frango com cenoura e suco de fruta + fruta				
ALMOÇO	Arroz branco, feijão ao molho, frango ao molho com batata e cenoura e salada de repolho e tomate	Baião de dois, carne moída refogada com repolho e cenoura, beterraba cozida e salada de tomate		Arroz branco, feijão ao molho, assado de panela com batata, macarrão no molho de tomate 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 cenoura, repolho e batata, macarronada e vinagrete				
LANCHE DA TARDE	Bolo de trigo com suco de fruta	Torta de frango com cenoura e tomate + suco de fruta		Beiju com margarina + vitamina (leite + polpa) + fruta	Torta de carne moída com cenoura e tomate e suco de fruta		Farofa de carne moida + açaí				
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						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							

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

CARDAPÍO FUNDAMENTAL I - INTEGRAL
ZONA URBANA E ZONA RURAL

OUTUBRO/ 2025 – 3º SEMANA

	2º FEIRA – 13/10/2025	3º FEIRA – 14/10/2025	4º FEIRA – 15/10/2025	5º FEIRA – 16/10/2025	6º FEIRA – 17/10/2025
LANCHE DA MANHA	Farofa de frango com cenoura e suco de fruta	Pão hot dog com ovos + suco de fruta	FERIADO	Farofa de cuscuz com ovos e suco de fruta	Cachorro Quente (pão com carne moída e cenoura) + suco de fruta
ALMOÇO	Baião de dois, carne em cubos ou tiras com batatinha, farofa e salada de repolho e tomate	Arroz branco, feijão ao molho, frango refogado com batata e cenoura, salada de repolho e tomate	FERIADO	Arroz branco, feijão ao molho, linguiça refogada com batata e cenoura, macarronada e salada de repolho e tomate	Arroz branco com frango, feijão ao molho e salada de repolho e tomate
LANCHE DA TARDE	Torta de carne com tomate e cenoura + suco de fruta + fruta	Bolo de cenoura com suco de fruta + fruta	FERIADO	Farofa de frango com cenoura e beterraba e suco de fruta	Beiju com margarina e vitamina (leite+polpa)
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL		ENERGIA %	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)
		94	1.080	180	32
		LPD (g)	NA (mg)	VIT C (mg)	CALCIO (mg)
		25	1.056,1	284,4	187,5
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

CARDAPÍO FUNDAMENTAL I - INTEGRAL
ZONA URBANA E ZONA RURAL

OUTUBRO/2025 – 4º SEMANA

	2º FEIRA – 20/10/2025	3º FEIRA – 21/10/2025	4º FEIRA – 22/10/2025	5º FEIRA – 23/10/2025	6º FEIRA – 24/10/2025
LANCHE DA MANHA	Farofa de cuscuz com carne moída e cenoura + suco de fruta	Pão hot dog com frango desfiado + suco de fruta	Farofa de cuscuz com frango desfiado e cenoura + suco de fruta	Pão hot dog com ovos + suco de fruta	Farofa de frango com cenoura e suco de fruta + fruta
ALMOÇO	Arroz branco, feijão ao molho, frango ao molho com batata e cenoura e salada de repolho e tomate	Baião de dois, carne moída refogada com repolho e cenoura, beterraba cozida e salada de tomate	Arroz branco, feijão ao molho, assado de panela com batata, macarrão no molho de tomate 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 cenoura, repolho e batata, macarronada e vinagrete
LANCHE DA TARDE	Bolo de trigo com suco de fruta	Torta de frango com cenoura e tomate + suco de fruta	Beiju com margarina + vitamina (leite + polpa) + fruta	Torta de carne moída com cenoura e tomate e suco de fruta	Farofa de carne moida + açaí
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL		ENERGIA %	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)
		98	1.128	189	38
				LPD (g)	NA (mg)
				24	1.206,5
					VIT C (mg)
					CALCIO (mg)
					299,9
					167,8
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

OUTUBRO/ 2025 – 5º SEMANA

	2º FEIRA – 27/10/2025	3º FEIRA – 28/10/2025	4º FEIRA – 29/10/2025	5º FEIRA – 30/10/2025	6º FEIRA – 31/10/2025
LANCHE DA MANHA	Farofa de frango com cenoura e suco de fruta	FERIADO	Farofa de cuscuz com carne moída + suco de fruta	Cachorro Quente (pão com carne moída e cenoura) + suco de fruta	FERIADO
ALMOÇO	Baião de dois, carne moída com batatinha, farofa e salada de repolho e tomate	FERIADO	Arroz branco, feijão ao molho, frango refogado com batata e cenoura, salada de repolho e tomate	Arroz branco, stroganoff de frango e salada de repolho, tomate e cenoura ralada.	FERIADO
LANCHE DA TARDE	Torta de carne com tomate e cenoura + suco de fruta + fruta	FERIADO	Bolo de cenoura com suco de fruta + fruta	Beiju com margarina e vitamina (leite+polpa)	FERIADO
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL		ENERGIA %	ENERGIA (KCAL)	CHO (g)	PTN (g)
		94	1.080	180	32
		LPD (g)	NA (mg)	VIT C (mg)	CALCIO (mg)
		25	1.056,1	284,4	187,5
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	