

**SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO PARCIAL DIURNO

JULHO DE 2025

Semana 1	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
		01/07/2025	02/07/2025	03/07/2025	04/07/2025
Lanche/ Almoço 9h30 min		Bolo de cenoura Suco de abacaxi	Carne bovina em cubos ensopada Arroz e feijão Repolho refogado	Salada de frutas (banana, maçã e laranja) Iogurte	Frango em cubos ensopado Arroz e feijão Salada de alface Mamão
Informação nutricional (Média semanal):		Valor energético 639,76 kcal	PTN 24g 14% do VET	LIP 16g 23% do VET	CHO 101g 65% do VET


 Lorena Ramos dos Santos Lima
 Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO PARCIAL DIURNO

JULHO DE 2025

Semana 2	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	07/07/2025	08/07/2025	09/07/2025	10/07/2025	11/07/2025
Lanche/ Almoço 9h30 min	Ovos mexidos Arroz e feijão Salada de pepino e tomate	Quibe assado Suco de goiaba	Torta de peixe gratinada Arroz e feijão Salada de acelga Maçã	Bolo de fubá Suco de acerola Milho cozido Mexerica	Carne bovina isca acebolada Arroz e feijão Purê de aipim
Informação nutricional (Média semanal):	Valor energético 737,95 kcal	PTN 27g 15% do VET	LIP 18g 22% do VET	CHO 118g 63% do VET	


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO PARCIAL DIURNO

JULHO DE 2025

Semana 3	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	14/07/2025	15/07/2025	16/07/2025	17/07/2025	18/07/2025
Lanche/ Almoço 9h30 min	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO PARCIAL DIURNO

JULHO DE 2025

Semana 4	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	Sexta - feira
	21/07/2025	22/07/2025	23/07/2025	24/07/2025	25/07/2025
Lanche/ Almoço 9h30 min	FÉRIAS	FÉRIAS	JPP/FPM	JPP/FPM	JPP/FPM


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DO ESPÍRITO SANTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL E MÉDIO

PERÍODO PARCIAL DIURNO

JULHO DE 2025

Semana 5	Segunda - feira	Terça - feira	Quarta - feira	Quinta - feira	
	28/07/2025	29/07/2025	30/07/2025	31/07/2025	
Lanche/ Almoço 9h30 min	Feijão tropeiro (feijão, farinha de mandioca, linguiça, couve, ovo, banana da terra) Arroz Vinagrete	Pizza (pão de forma, molho de tomate, queijo e orégano) Suco de acerola	Pernil suíno acebolado Arroz e feijão Salada de cenoura Banana	Tortinha de carne moída Suco de manga Laranja	
Informação nutricional (Média semanal):		Valor energético 758,07 kcal	PTN 30g 15% do VET	LIP 19g 24% do VET	CHO 116g 62% do VET


Lorena Ramos dos Santos Lima
Nutricionista - CRN4 18100444

Orientações
adicionais:

A oferta das frutas poderá ser antecipada devido ao estado de maturação, desde que a oferta seja na mesma semana.

As preparações devem seguir as Fichas Técnicas de Preparo.

A escola que desejar servir uma alimentação típica de festa julina, poderá solicitar alteração de cardápio para canjica e pipoca.

Legenda:

VET	Valor energético total
PTN	Proteína
LIP	Lípideo
CHO	Carboidrato