



## Prefeitura Municipal de Domingos Martins

Estado do Espírito Santo

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

### CARDÁPIO PRÉ ESCOLA MATUTINO - JULHO/ AGOSTO 2025

| 07/jul                                                       | 08/jul                                                     |        | 09/jul                                                                              |        | 10/jul                                                                 |        | 11/jul                                                                                |       |
|--------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|--------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------|------------------------------------------------------------------------|--------|---------------------------------------------------------------------------------------|-------|
| Arroz/ Feijão/ Purê de Inhame com Carne Moída e Tomate       | Arroz/ Feijão/ Polenta com Frango Desfiado, Tomate e Couve |        | Arroz/ Feijão/ Pirão com Peixe/ Salada de Cenoura/ Fruta (Pera)                     |        | Bolo de Aveia com Maçã (sem açúcar)/ Leite (sem açúcar)/ Fruta (Mamão) |        | Arroz/ Feijão/ Macarrão Parafuso com Carne Moída, Tomate e Chuchu/ Fruta (Manga)      |       |
|                                                              | Energia (Kcal)                                             |        | Carboidrato (g)                                                                     |        | Proteína (g)                                                           |        | Lipídio (g)                                                                           |       |
| Média da Semana Pré Escola                                   | 313,2                                                      | 116,0% | 51,9                                                                                | 118,0% | 10,9                                                                   | 156,1% | 7,2                                                                                   | 89,4% |
| 14/jul                                                       | 15/jul                                                     |        | 16/jul                                                                              |        | 17/jul                                                                 |        | 18/jul                                                                                |       |
| FÉRIAS                                                       | FÉRIAS                                                     |        | FÉRIAS                                                                              |        | FÉRIAS                                                                 |        | FÉRIAS                                                                                |       |
|                                                              | Energia (Kcal)                                             |        | Carboidrato (g)                                                                     |        | Proteína (g)                                                           |        | Lipídio (g)                                                                           |       |
| Média da Semana Pré Escola                                   |                                                            |        |                                                                                     |        |                                                                        |        |                                                                                       |       |
| 21/jul                                                       | 22/jul                                                     |        | 23/jul                                                                              |        | 24/jul                                                                 |        | 25/jul                                                                                |       |
| Arroz/ Feijão/ Purê de Batata com Molho de Carne Moída       | Arroz/ Feijão/ Bobó de Aipim com Frango Desfiado           |        | Arroz/ Feijão/ Macarrão Espaguete com Carne Moída/ Salada de Alface/ Fruta (Banana) |        | Pão Caseiro/ Leite (sem açúcar)/ Fruta (Melão)                         |        | Arroz/ Feijão/ Frango Desfiado com Purê de Batata                                     |       |
|                                                              | Energia (Kcal)                                             |        | Carboidrato (g)                                                                     |        | Proteína (g)                                                           |        | Lipídio (g)                                                                           |       |
| Média da Semana Pré Escola                                   | 284,6                                                      | 105,4% | 46,6                                                                                | 105,8% | 9,6                                                                    | 137,6% | 6,7                                                                                   | 83,5% |
| 28/jul                                                       | 29/jul                                                     |        | 30/jul                                                                              |        | 31/jul                                                                 |        | 01/ago                                                                                |       |
| Arroz Temperado com Carne Moída/ Feijão/ Purê da Batata Doce | Arroz/ Feijão/ Polenta com Frango Desfiado e Tomate        |        | Arroz/ Feijão/ Carne Moída com Aipim/ Fruta (Pera)                                  |        | Pão Caseiro/ Leite (sem açúcar)/ Fruta (Maçã)                          |        | Arroz/ Feijão/ Macarrão Espaguete com Carne Moída e Molho de Tomate/ Fruta (Melancia) |       |
|                                                              | Energia (Kcal)                                             |        | Carboidrato (g)                                                                     |        | Proteína (g)                                                           |        | Lipídio (g)                                                                           |       |
| Média da Semana Pré Escola                                   | 311,1                                                      | 115,2% | 53,0                                                                                | 120,5% | 9,9                                                                    | 141,0% | 6,7                                                                                   | 83,9% |

**Observações:**

- Cardápio sujeito a alterações conforme necessidade da equipe técnica de nutrição
- Os valores percentuais contidos no cardápio correspondem a adequação, de acordo com os valores preconizados pelo FNDE, para a faixa etária correspondente.

  
Daniela N. de Rezende Tavares  
Nutricionista 06 100 125

Cardápio elaborado pela nutricionista responsável técnica da Prefeitura Municipal de Domingos Martins/ES, de acordo com a Resolução FNDE Nº 06, de 08 de maio de 2020.