



Prefeitura Municipal de Domingos Martins

Estado do Espírito Santo

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO CMEI GERMANO GERHARDT - JULHO/ AGOSTO 2025

07/jul	08/jul		09/jul		10/jul		11/jul	
Farofa de Arroz com Frango Desfiado e Banana da Terra/ Salada de Pepino e Tomate/ Suco de Polpa	Macarrão com Molho de Carne Moída e Tomate/ Salada de Couve		Arroz/ Escondidinho de Aipim com Frango Desfiado/ Fruta (Melancia)		Arroz Misturado com Carne Moída e Cenoura/ Feijão		Bolo de Fubá/ Leite / Café/ Fruta (Maçã)	
	Energia (Kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídio (g)	
Média da Semana Pré Escola	295,0	109,3%	51,6	121,5%	8,9	127,0%	6,1	76,8%
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	
Sopa de Macarrão com Carne Moída, Batata, Cenoura e Chuchu	Pão Caseiro com Margarina/ Leite / Café		Arroz/ Farofa com Frango Desfiado e Banana da Terra/ Salada de Alface e Cenoura		Arroz/ Feijão/ Carne Moída com Aipim/ Fruta (Banana)		Polenta com Molho de Frango, Couve e Tomate/ Fruta (Banana)	
	Energia (Kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídio (g)	
Média da Semana Pré Escola	273,7	101,4%	49,6	116,7%	8,2	117,7%	5,1	63,8%
28/jul	29/jul		30/jul		31/jul		01/ago	
Arroz/ Frango Desfiado com Molho Branco/ Salada de Cenoura	Arroz/ Tutu de Feijão/ Carne Moída com Molho de Tomate e Batata		Arroz/ Purê de Aipim com Frango Desfiado/ Salada de Repolho e Couve		Canjiquinha com Carne Moída, Abóbora e Tomate/ Fruta (Maçã)		Bolo de Cenoura/ Leite Queimado/ Fruta (Melancia)	
	Energia (Kcal)		Carboidrato (g)		Proteína (g)		Lipídio (g)	
Média da Semana Pré Escola	249,8	92,5%	39,0	91,8%	8,1	115,8%	6,8	85,4%

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.