

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

Abril/2021

1ª Semana	2ª FEIRA 05/04	3ª FEIRA 06/04	4ª FEIRA 07/04	5ª FEIRA 08/04	6ª FEIRA 09/04
Lanche da manhã e tarde	Polenta Isclas bovinas em molho Alface Beterraba cozida ½ fruta**	Risoto de frango Repolho Beterraba cozida ½ fruta**	Pão com carne moída Suco de uva sem açúcar* ½ fruta**	Feijão Arroz Carne bovina na panela Alface Cenoura cozida ½ fruta**	Torta salgada de frango Leite com cacau* ½ fruta**
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	458,49kcal		70g	18g	12g
			61%	15%	24%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o amadurecimento.

***As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir no mínimo 2 variedades por refeição conforme a disponibilidade e perecibilidade.

****Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

Alessandra N. Weber

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

Abril/2021

2ª Semana	2ª FEIRA 12/04	3ª FEIRA 13/04	4ª FEIRA 14/04	5ª FEIRA 15/04	6ª FEIRA 16/04
Lanche da manhã e tarde	Polenta Carne moída em molho Repolho cozido Cenoura cozida ½ fruta**	Macarronada de frango Alface Beterraba cozida ½ fruta**	Feijão Arroz Carne suína refogada Farofa de cenoura Beterraba cozida ½ fruta**	Bolo salgado de carne com legumes Suco de uva sem açúcar* ½ fruta**	Arroz Tilápia assada com batata Repolho Cenoura cozida ½ fruta**
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		453,75kcal	74g	18g	10g
		65%	15%	20%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o amadurecimento.

***As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir no mínimo 2 variedades por refeição conforme a disponibilidade e perecibilidade.

****Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

Alessandra N. Weber

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

Abril/2021

3ª Semana	2ª FEIRA 19/04	3ª FEIRA 20/04	4ª FEIRA 21/04	5ª FEIRA 22/04	6ª FEIRA 23/04
Lanche da manhã e tarde	Risoto de frango Repolho Beterraba cozida ½ Fruta**	Feijão Arroz Aipim Carne suína refogada Alface/repolho ½ Fruta**	Pão integral com doce de frutas iogurte ½ Fruta** <u>Preparação doce</u>	Macarrão à bolonhesa Chuchu cozido Alface ½ Fruta**	Bolo Salgado Suco de uva sem açúcar* ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		423,10kcal	69g	16g	9g
		66%	15%	20%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o amadurecimento.

***As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir no mínimo 2 variedades por refeição conforme a disponibilidade e perecibilidade.

****Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

Alessandra N. Weber

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

Abril/2021

4ª Semana	2ª FEIRA 26/04	3ª FEIRA 27/04	4ª FEIRA 28/04	5ª FEIRA 29/04	6ª FEIRA 30/04
Lanche da manhã e tarde	Macarrão à bolonhesa Repolho Cenoura ralada ½ Fruta**	Polenta Frango em molho Alface Beterraba cozida ½ Fruta**	Arroz Frango assado com batata Repolho/brócolis ½ Fruta**	Feijão Arroz Ovo cozido Chuchu cozido Repolho ½ Fruta**	Bolo de banana sem açúcar* Leite com cacau* ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		444,95kcal	69g	18g	11g
		62%	16%	23%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o amadurecimento.

***As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir no mínimo 2 variedades por refeição conforme a disponibilidade e perecibilidade.

****Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

Alessandra N. Weber

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469