

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

Maio de 2021

1ª Semana	2ª FEIRA 03/05	3ª FEIRA 04/05	4ª FEIRA 05/05	5ª FEIRA 06/05	6ª FEIRA 07/05
Lanche da manhã e tarde	Risoto de frango Repolho Beterraba cozida ½ fruta**	Feijão Arroz Carne bovina na panela Repolho Cenoura cozida ½ fruta**	Pão com carne moída Suco de uva integral* ½ fruta**	Polenta Isclas bovinas em molho Alface Beterraba 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	
		453,72kcal	70g	18g	12g
		62%	15%	23%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento. Respeitar a porção diária.

***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

Maio de 2021

2ª Semana	2ª FEIRA 10/05	3ª FEIRA 11/05	4ª FEIRA 12/05	5ª FEIRA 13/05	6ª FEIRA 14/05
Lanche da manhã e tarde	Polenta Carne moída em molho Repolho 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 integral* 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	
		457,61kcal	75g	18g	10g
		65%	16%	20%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento. Respeitar a porção diária.

***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

Maio de 2021

3ª Semana	2ª FEIRA 17/05	3ª FEIRA 18/05	4ª FEIRA 19/05	5ª FEIRA 20/05	6ª FEIRA 21/05
Lanche da manhã e tarde	Risoto de frango Repolho Beterraba cozida ½ Fruta**	Feijão Arroz Aipim Carne suína refogada Alface/repolho ½ Fruta**	Macarrão à bolonhesa Chuchu cozido Alface ½ Fruta**	Bolacha caseira Leite com cacau* ½ Fruta** <u>Preparação doce</u>	Bolo Salgado Suco de uva integral* 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
		449,41kcal	72g	17g	11g
		64%	15%	22%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento. Respeitar a porção diária.

***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

Maio de 2021

4ª Semana	2ª FEIRA 24/05	3ª FEIRA 25/05	4ª FEIRA 26/05	5ª FEIRA 27/05	6ª FEIRA 28/05
Lanche da manhã e tarde	Macarrão à bolonhesa Repolho Cenoura ralada ½ Fruta**	Sopa de feijão com macarrão ½ Fruta**	Arroz Frango assado com batata Alface Repolho 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	
		431,71kcal	67g	18g	10g
		63%	16%	22%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento. Respeitar a porção diária.

***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

Maio de 2021

5ª Semana	2ª FEIRA 31/05	3ª FEIRA 01/06	4ª FEIRA 02/06	5ª FEIRA 03/06	6ª FEIRA 04/06
Lanche da manhã e tarde	Arroz Carne moída em molho Repolho Cenoura cozida ½ Fruta**	Polenta Frango em molho Alface Beterraba cozida ½ Fruta**	Pão integral com carne moída Leite com cacau* ½ Fruta**	Feijão Arroz Carne bovina em molho Chuchu cozido Repolho ½ Fruta**	Sopa de legumes com frango e macarrão 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	
		346,22kcal	54g	15g	8g
		62% do VET	16% do VET	23% do VET	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento. Respeitar a porção diária.

***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