

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

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

Junho de 2021

1ª Semana	2ª FEIRA 07/06	3ª FEIRA 08/06	4ª FEIRA 09/06	5ª FEIRA 10/06	6ª FEIRA 11/06
Lanche da manhã e tarde	Polenta Frango em molho <u>Salada:</u> beterraba cozida ½ fruta**	Risoto de frango <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida ½ fruta**	Pão com carne moída Suco de uva integral ou chá de frutas/ervas frescas* ½ fruta**	Feijão Arroz Carne bovina na panela <u>Salada:</u> alface e cenoura cozida ½ fruta**	Torta salgada 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
	455,99kcal		70g	17g	12g
			62%	15%	24%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

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

***As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir nas refeições 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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

Junho de 2021

2ª Semana	2ª FEIRA 14/06	3ª FEIRA 15/06	4ª FEIRA 16/06	5ª FEIRA 17/06	6ª FEIRA 18/06
Lanche da manhã e tarde	Polenta Carne moída em molho <u>Salada:</u> repolho e cenoura cozida ½ fruta**	Macarronada de frango <u>Salada:</u> beterraba cozida ½ fruta**	Feijão Arroz Carne suína refogada Farofa de cenoura <u>Salada:</u> alface e beterraba cozida ½ fruta**	Bolo salgado de carne com legumes Suco de uva integral ou chá de frutas/ervas frescas* ½ fruta**	Sopa de legumes com arroz e frango 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
		423,20kcal	70g	15g	9g
		65%	14%	21%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

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

***As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir nas refeições 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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

Junho de 2021

3ª Semana	2ª FEIRA 21/06	3ª FEIRA 22/06	4ª FEIRA 23/06	5ª FEIRA 24/06	6ª FEIRA 25/06
Lanche da manhã e tarde	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> repolho e Chuchu cozido ½ Fruta**	Risoto de frango <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida ½ Fruta**	Cuca caseira Leite com cacau* ½ Fruta** <u>Preparação doce</u>	Feijão Arroz Aipim Carne suína refogada <u>Salada:</u> alface/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	
	450,87kcal	67g	16g	10g	
		64%	14%	21%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

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

***As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir nas refeições 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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

Junho de 2021

4ª Semana	2ª FEIRA 28/06	3ª FEIRA 29/06	4ª FEIRA 30/06	5ª FEIRA 01/07	6ª FEIRA 02/07
Lanche da manhã e tarde	Macarronada de frango <u>Salada:</u> repolho e cenoura ralada ½ Fruta**	Sopa de feijão com arroz ½ Fruta**	Pão integral com carne moída Leite com cacau* ½ Fruta**	Feijão Arroz Carne bovina em molho <u>Salada:</u> repolho e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Frango assado com batata <u>Salada:</u> alface e repolho 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	
	420,07kcal	69g	17g	9g	
		65%	16%	19%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

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

***As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir nas refeições 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