

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

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

Setembro de 2021

1ª Semana	2ª FEIRA 06/09	3ª FEIRA 07/09	4ª FEIRA 08/09	5ª FEIRA 09/09	6ª FEIRA 10/09
Lanche da manhã 08:30 às 10:15 Lanche da tarde 14:15 às 15:30	Feijão Preto Arroz Colorido Carne bovina na panela <u>Salada:</u> Alface e cenoura cozida ½ Maçã**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Alface, repolho e beterraba cozida ½ Banana**	Pão francês com carne moída Suco de uva integral* ½ Maçã**	Polenta Frango em molho <u>Salada:</u> Alface e beterraba cozida ½ Tangerinha ou laranja**	Torta salgada Leite com cacau* ½ Fatia de mamão**
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	
		456,35kcal	71g	17g	12g
			62%	14%	24%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. 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: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

Setembro de 2021

2ª Semana	2ª FEIRA 13/09	3ª FEIRA 14/09	4ª FEIRA 15/09	5ª FEIRA 16/09	6ª FEIRA 17/09
manhã 08:30 às 10:15 Lanche da tarde 14:15 às 15:30	Polenta Carne moída em molho <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Maçã**	Macarronada de frango <u>Salada:</u> Alface e beterraba cozida ½ Banana**	Feijão preto Arroz integral Carne suína refogada Farofa de cenoura <u>Salada:</u> Alface, beterraba cozida ½ Fatia de Mamão**	Bolo salgado de carne com legumes Café com leite canela* ½ Tangerina ou laranja**	Sopa com arroz, frango e legumes (batata, cenoura, vagem, brócolis, couve flor, repolho, talos de legumes, abóbora, chuchu) ½ Banana**
Composição nutricional (Média semanal)	Energi a (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	430,68kcal	72g	15g	9g	
		67%	13%	20%	

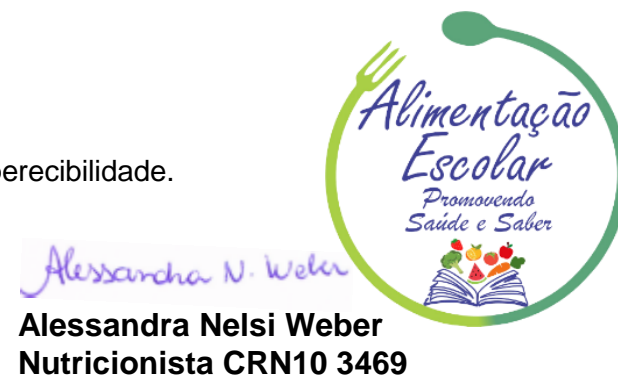
*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. 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: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

Setembro de 2021

3ª Semana	2ª FEIRA 20/09	3ª FEIRA 21/09	4ª FEIRA 22/09	5ª FEIRA 23/09	6ª FEIRA 24/09
Lanche da manhã 08:30 às 10:15 Lanche da tarde 14:15 às 15:30	Risoto de frango <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida ½ Maçã**	Feijão Arroz Aipim Carne suína refogada <u>Salada:</u> Alface/repolho ½ Banana**	Macarrão integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Alface e chuchu cozido ½ Maçã**	Bolo integral de açúcar mascavo e aveia Leite com canela* ½ Tangerina ou laranja** <u>Preparação doce</u>	Sopa com macarrão, frango e legumes (batata, cenoura, vagem, brócolis, couve flor, repolho, talos de legumes, abóbora, chuchu) ½ Fatia de Mamão**
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	
		421,60kcal	66g	14g	11g
			62%	14%	24%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. 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: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

Setembro de 2021

4ª Semana	2ª FEIRA 27/09	3ª FEIRA 28/09	4ª FEIRA 29/09	5ª FEIRA 30/09	6ª FEIRA 01/10
Lanche da manhã 08:30 às 10:15 Lanche da tarde 14:15 às 15:30	Polenta Frango em molho <u>Salada:</u> Repolho, Beterraba cozida ½ Maçã**	Vaca atolada com batata (Batata com carne bovina em molho) <u>Salada:</u> Alface, Beterraba cozida ½ Maçã**	Pão integral com carne moída Café com leite* ½ Banana**	Lentilha Arroz Ovo Cozido <u>Salada:</u> Alface, Chuchu cozido, Repolho ½ Tangerina ou Laranja**	Arroz Tilápia assada <u>Salada:</u> Alface, beterraba cozida ½ Fatia de Mamão
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	
		384,94kcal	60g	17g	9g
		61%	17%	22%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

**Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. 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 Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469