

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

**CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL**

**ZONA URBANA**

**FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos**

**PERÍODO PARCIAL**

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

**Dezembro de 2023**

1ª Semana	2ª FEIRA 04/12	3ª FEIRA 05/12	4ª FEIRA 06/12	5ª FEIRA 07/12	6ª FEIRA 08/12
<b>Lanche da manhã e tarde</b>	Polenta cremosa Carne moída bovina refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz com espinafre Carne bovina iscas na panela Farofa de cenoura <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba ralada ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída bovina Polpas de frutas ½ Fruta** <b>Bolacha caseira caso em estoque</b>	Macarrão com peito de frango em cubos <u>Salada:</u> Alface e repolho ½ Fruta**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Alface, chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**
1ª Semana	2ª FEIRA 11/12	3ª FEIRA 12/12	4ª FEIRA 13/12	5ª FEIRA 14/12	6ª FEIRA 15/12
<b>Lanche da manhã e tarde</b>	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**	Frango Assado Arroz <u>Salada:</u> Alface, chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês carne suína moída Suco de uva* ½ Fruta**	Feijão preto Arroz Carne suína cubos Farofa <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozida ½ Fruta**	Macarrão com molho à bolonhesa <u>Salada:</u> Repolho e Beterraba cozida ½ Fruta**

**Cardápio Poderá sofrer alterações para aproveitamento de itens em estoque final na unidade escolar.**

\*\* Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir porções pequenas, porém oferecer livre demanda.

\*\*\*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.**

**Cardápio livre de gordura *trans* industrializada e alimentos ultraprocessados.**

*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

**Dezembro de 2023**

1ª Semana	2ª FEIRA 04/12	3ª FEIRA 05/12	4ª FEIRA 06/12	5ª FEIRA 07/12	6ª FEIRA 08/12
<b>Lanche da manhã e tarde</b>	Polenta cremosa Carne moída bovina refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz com espinafre Carne bovina iscas na panela Farofa de cenoura <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba ralada ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída bovina Polpas de frutas ½ Fruta** <b>Bolacha caseira caso em estoque</b>	Macarrão com peito de frango em cubos <u>Salada:</u> Alface e repolho ½ Fruta**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Alface, chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**
1ª Semana	2ª FEIRA 11/12	3ª FEIRA 12/12	4ª FEIRA 13/12	5ª FEIRA 14/12	6ª FEIRA 15/12
<b>Lanche da manhã e tarde</b>	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**	Frango Assado Arroz <u>Salada:</u> Alface, chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês carne suína moída Suco de uva* ½ Fruta**	Feijão preto Arroz Carne suína cubos Farofa <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozida ½ Fruta**	Macarrão com molho à bolonhesa <u>Salada:</u> Repolho e Beterraba cozida ½ Fruta**

**Cardápio Poderá sofrer alterações para aproveitamento de itens em estoque final na unidade escolar.**

\*\* Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir porções pequenas, porém oferecer livre demanda.

\*\*\*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.**

**Cardápio livre de gordura *trans* industrializada e alimentos ultraprocessados.**

*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 10 anos**

**PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL**

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

**Dezembro de 2023**

1ª Semana	2ª FEIRA 04/12	3ª FEIRA 05/12	4ª FEIRA 06/12	5ª FEIRA 07/12	6ª FEIRA 08/12
<b>Lanche da manhã e tarde</b>	Polenta cremosa Carne moída bovina refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Macarrão com peito de frango em cubos <u>Salada:</u> Alface e repolho ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída bovina Polpas de frutas ½ Fruta** <b>Bolacha caseira caso em estoque</b>	Risoto de frango <u>Salada:</u> Alface, chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**	Feijão preto Arroz com espinafre Tilápia assada Farofa de cenoura <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba ralada ½ Fruta**
<b>Almoço</b>	Feijão Arroz Carne de bovina em molho Batata doce assada Salada: Repolho e vagem cozida	Feijão Arroz Carne de suína em molho Aipim cozido Salada: Beterraba e chuchu	Feijão Arroz Frango assado Farofa de ora pro nobis Salada: repolho e cenoura cozida		
<b>Lanche da tarde</b>	Mini Pizza Suco de uva integral ou chá de frutas/ervas frescas* ½ fruta	Waffle salgado Suco de uva integral ou chá de frutas/ervas frescas* ½ fruta	Bolo salgado Suco de uva integral ou chá de frutas/ervas frescas* ½ fruta		

\*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

\*\* Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir porções pequenas, porém oferecer livre demanda.

\*\*\*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.**

**Cardápio livre de gordura *trans* industrializada e alimentos ultraprocessados.**

*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 10 anos**

**PERÍODO PARCIAL**

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

**Dezembro de 2023**

2ª Semana	2ª FEIRA 11/12	3ª FEIRA 12/12	4ª FEIRA 13/12	5ª FEIRA 14/12	6ª FEIRA 15/12
<b>Lanche da manhã e tarde</b>	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**	Frango Assado Arroz <u>Salada:</u> Alface, chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês carne suína moída Suco de uva* ½ Fruta**	Feijão preto Arroz Carne suína cubos Farofa <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozida ½ Fruta**	Macarrão com molho à bolonhesa <u>Salada:</u> Repolho e Beterraba cozida ½ Fruta**
<b>Almoço</b>	Arroz Feijão Carne suína Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Alface, repolho e chuchu cozido	Arroz Feijão Costelinha de porco assada Aipim <u>Saladas:</u> Alface, repolho e chuchu cozido	Arroz Feijão Carne bovina em molho Batata cozida <u>Salada:</u> Alface, repolho e chuchu cozido		
<b>Lanche da tarde</b>	Esfira Suco de uva integral ou chá de frutas/ervas frescas* ½ fruta	Bolo salgado Suco de uva integral ou chá de frutas/ervas frescas* ½ fruta	Wafler Suco de uva integral ou chá de frutas/ervas frescas* ½ fruta		

\*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

\*\* Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir porções pequenas, porém oferecer livre demanda.

\*\*\*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.**

**Cardápio livre de gordura *trans* industrializada e alimentos ultraprocessados.**

*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 10 anos**

**PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL**

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

**Dezembro de 2023**

1ª Semana	2ª FEIRA 04/12	3ª FEIRA 05/12	4ª FEIRA 06/12	5ª FEIRA 07/12	6ª FEIRA 08/12
<b>Lanche da manhã e tarde</b>	Risoto de frango <u>Salada:</u> Alface, chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**	Macarrão com peito de frango em cubos <u>Salada:</u> Alface e repolho ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída bovina Polpas de frutas ½ Fruta** <b>Bolacha caseira caso em estoque</b>	Feijão preto Arroz com espinafre Tilápia assada Farofa de cenoura <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba ralada ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída bovina refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**
<b>Almoço</b>		Feijão Arroz Carne de suína em molho Aipim cozido Salada: Beterraba e chuchu	Feijão Arroz Frango assado Farofa de ora pro nobis Salada: repolho e cenoura cozida		Feijão Arroz Carne de bovina em molho Batata doce assada Salada: Repolho e vagem cozida
<b>Lanche da tarde</b>		Waffle salgado Suco de uva integral ou chá de frutas/ervas frescas* ½ fruta	Bolo salgado Suco de uva integral ou chá de frutas/ervas frescas* ½ fruta		Mini Pizza Suco de uva integral ou chá de frutas/ervas frescas* ½ fruta

\*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

\*\* Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir porções pequenas, porém oferecer livre demanda.

\*\*\*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.**

**Cardápio livre de gordura *trans* industrializada e alimentos ultraprocessados.**

*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 10 anos

PERÍODO PARCIAL

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

Dezembro de 2023

2ª Semana	2ª FEIRA 11/12	3ª FEIRA 12/12	4ª FEIRA 13/12	5ª FEIRA 14/12	6ª FEIRA 15/12
<b>Lanche da manhã e tarde</b>	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**	Frango Assado Arroz <u>Salada:</u> Alface, chuchu cozido e beterraba ralada ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês carne suína moída Suco de uva* ½ Fruta**	Feijão preto Arroz Carne suína cubos Farofa <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozida ½ Fruta**	Macarrão com molho à bolonhesa <u>Salada:</u> Repolho e Beterraba cozida ½ Fruta**

\*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

\*\* Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir porções pequenas, porém oferecer livre demanda.

\*\*\*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.**

**Cardápio livre de gordura *trans* industrializada e alimentos ultraprocessados.**

*Alessandra N. Weber*

**Alessandra Nelsi Weber**  
Nutricionista CRN10 3469

