

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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM BELISÁRIO PENA E EM CONSTRUINDO SONHOS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

1ª Semana	2ª FEIRA 03/06	3ª FEIRA 04/06	4ª FEIRA 05/06	5ª FEIRA 06/06	6ª FEIRA 07/06
Lanche duas variedades de frutas por por refeição	Risoto de Fígado Batata doce em rodelas assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, Chuchu e beterraba cozida ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijoada com carne suína Arroz integral Farofa de talos Couve, espinafre e ora pro nobis refogada <u>Salada:</u> Alface, pepino e beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, arroz e frango ½ Fruta**	Sanduche de pão francês integral com frango, alface e cenoura Leite com café* 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
		369,43kcal	68g	13g	14g
			62%	12%	28%
2ª Semana	2ª FEIRA 10/06	3ª FEIRA 11/06	4ª FEIRA 12/06	5ª FEIRA 13/06	6ª FEIRA 14/06
Lanche duas variedades de frutas por por refeição	Polenta cremosa Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Macarrão de frango <u>Salada:</u> Alface e beterraba cozida ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz branco Carne bovina na panela Batata doce em rodelas assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba cozida ½ Fruta**	Torta de frango com legumes Chá de casca de abacaxi, cravo e canela Frutas	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão 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
		454,34kcal	68g	15g	15g
			60%	14%	28%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

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

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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM BELISÁRIO PENA E EM CONSTRUINDO SONHOS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

3ª Semana	2ª FEIRA 17/06	3ª FEIRA 18/06	4ª FEIRA 19/06	5ª FEIRA 20/06	6ª FEIRA 21/06
Lanche duas variedades de frutas por refeição	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> cenoura ralada e beterraba cozida ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Cenoura e chuchu cozido ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, brócolis e vagem cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída, queijo ralado e alface Suco de uva aquecido* ½ Fruta**	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura 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
		455,86kcal	70g	15g	14g
			61%	14%	27%
4ª Semana	2ª FEIRA 24/06	3ª FEIRA 25/06	4ª FEIRA 26/06	5ª FEIRA 27/06	6ª FEIRA 28/06
Lanche duas variedades de frutas por refeição	Festa Junina (montar em forma de mesa) Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado Bolo de fubá Suco de uva aquecido Frutas	Sanduíche de pão francês com carne moída Leite com café e canela* ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Batata doce assada <u>Salada:</u> Alface, repolho cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz integral Tilápia assada <u>Salada:</u> Alface, repolho beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de legumes e verduras (folhas, talos) com frango batata e arroz 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
		456,75kcal	68g	16g	15g
			59%	14%	29%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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.



Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 20/05/2024 15:39:46-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

**Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469**



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



Utilizar legumes e verduras da Horta Escolar

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM VIVER E CONHECER

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO de 2024

1ª Semana	2ª FEIRA 03/06	3ª FEIRA 04/06	4ª FEIRA 05/06	5ª FEIRA 06/06	6ª FEIRA 07/06
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Risoto de Fígado Batata doce em rodelas assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, Chuchu e beterraba cozida ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijoada com carne suína Arroz integral Farofa de talos Couve, espinafre e ora pro nobis refogada <u>Salada:</u> Alface, pepino e beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, arroz e frango ½ Fruta**	Torta de frango com legumes Chá de casca de abacaxi, cravo e canela Frutas
Almoço	Feijão Preto Arroz integral Frango em molho Aipim cozido <u>Salada:</u> brócolis e beterraba ralada	Feijão Preto Arroz integral Frango em molho Aipim cozido <u>Salada:</u> brócolis e beterraba ralada	Feijão vermelho Arroz Frango assado Purê de batata <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Lentilha Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora de pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Lentilha Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora de pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Feijão preto Arroz integral Farofa de talos Carne suína na panela <u>Salada:</u> Alface, pepino e beterraba cozida ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Torta de frango com legumes Chá de casca de abacaxi, cravo e canela Frutas	Risoto de Fígado Batata doce em rodelas assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, Chuchu e beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, arroz e frango ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal PARCIAL)		Energia (Kcal) 369,43kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			68g	13g	14g
			62%	12%	28%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

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

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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM VIVER E CONHECER

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO de 2024

2ª Semana	2ª FEIRA 10/06	3ª FEIRA 11/06	4ª FEIRA 12/06	5ª FEIRA 13/06	6ª FEIRA 14/06
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Polenta cremosa Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês integral com frango, alface e cenoura Leite com café* ½ Fruta**	Macarrão com molho de frango <u>Salada:</u> Alface e beterraba cozida ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz branco Carne bovina na panela Batata doce em rodela assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão e frango ½ Fruta**
Almoço	Feijão Preto Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Frango em molho Purê de batata <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Frango em molho Purê de batata <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Feijão vermelho Arroz branco Carne bovina na panela Batata doce em rodela assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês integral com frango, alface e cenoura Leite com café* ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão e frango ½ Fruta**	Macarrão com molho de frango <u>Salada:</u> Alface e beterraba cozida ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal parcial)	Energia(Kcal) 454,34kcal	CHO (g)		PTN (g)	
		55% a 65% do VET		10% a 15% do VET	
		68g		15g	
		60%		14%	
		LPD (g)		15% a 30% do VET	
				15g	
				28%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

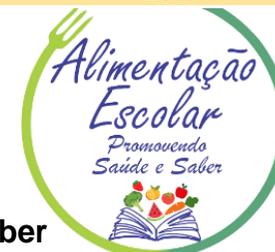
** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, porém oferecer livre demanda.

***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 Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM VIVER E CONHECER

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO de 2024

3ª Semana	2ª FEIRA 17/06	3ª FEIRA 18/06	4ª FEIRA 19/06	5ª FEIRA 20/06	6ª FEIRA 21/06
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> cenoura ralada e beterraba cozida ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Cenoura e chuchu cozido ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, brócolis e vagem cozida ½ Fruta**	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura ½ Fruta**	Sanduche de pão francês com carne moída, queijo ralado e alface Suco de uva aquecido* ½ Fruta**
Almoço	Feijão Preto Arroz Frango assado Batata inglesa cozida <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado Batata inglesa cozida <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão. <u>Salada:</u> Alface e cenoura cozida	Feijão Preto Arroz Costelinha assada Quirerinha de milho <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Costelinha assada Quirerinha de milho <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, brócolis e vagem cozida ½ Fruta**	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> cenoura ralada e beterraba cozida ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Cenoura e chuchu cozido ½ Fruta**	Sanduche de pão francês com carne moída, queijo ralado e alface Suco de uva aquecido* ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal parcial)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		59g	17g	12g	
		61%	18%	27%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

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

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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM VIVER E CONHECER

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO de 2024

4ª Semana	2ª FEIRA 24/06	3ª FEIRA 25/06	4ª FEIRA 26/06	5ª FEIRA 27/06	6ª FEIRA 28/06
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Festa Junina (montar em forma de mesa) Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado Bolo de fubá Suco de uva aquecido Frutas	Sanduche de pão francês com carne moída Leite com café e canela* ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Batata doce assada <u>Salada:</u> Alface, repolho cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz integral Tilápia assada <u>Salada:</u> Alface, repolho beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de legumes e verduras (folhas, talos) com frango batata e arroz ½ Fruta**
Almoço	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Iscas em molho Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Canjiquinha <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Canjiquinha <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Festa Junina (montar em forma de mesa) Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado Bolo de fubá Suco de uva aquecido Frutas	Sanduche de pão francês com carne moída Leite com café e canela* ½ Fruta**	Sopa de legumes e verduras (folhas, talos) com frango batata e arroz ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Batata doce assada <u>Salada:</u> Alface, repolho cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz integral Tilápia assada <u>Salada:</u> Alface, repolho beterraba cozida ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal parcial)	Energia (Kcal) 403,96kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 62g 62%	PTN (g) 10% a 15% do VET 18g 18%	LPD (g) 15% a 30% do VET 11g 24%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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.



Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 20/05/2024 15:39:45-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

**CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM BERNARDO MORO SOBRINHO E DR VILSON PEDRO KLEINUBING
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL**

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

JUNHO DE 2024

1ª Semana	2ª FEIRA 03/06	3ª FEIRA 04/06	4ª FEIRA 05/06	5ª FEIRA 06/06	6ª FEIRA 07/06
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Risoto de Fígado Batata doce em rodela assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, Chuchu e beterraba cozida ½ Fruta**	Torta de frango com legumes Chá de casca de abacaxi, cravo e canela Frutas	Polenta cremosa Carne moída em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, arroz e frango ½ Fruta**	Feijoada com carne suína Arroz integral Farofa de talos Couve, espinafre e ora pro nobis <u>Salada:</u> Alface, pepino e beterraba cozida ½ Fruta**
Almoço		Feijão Preto Arroz integral Frango em molho Aipim cozido <u>Salada:</u> brócolis e beterraba ralada	Feijão vermelho Arroz Frango assado Purê de batata <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Lentilha Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora de pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Feijão preto Arroz integral Farofa de talos Carne suína na panela <u>Salada:</u> Alface, pepino e beterraba cozida ½ Fruta**	legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, arroz e frango ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Torta de frango com legumes Chá de casca de abacaxi, cravo e canela Frutas	Risoto de Fígado Batata doce em rodela assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, Chuchu e beterraba cozida ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal PARCIAL)		Energia (Kcal) 369,43kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 68g 62%	PTN (g) 10% a 15% do VET 13g 12%	LPD (g) 15% a 30% do VET 14g 28%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

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



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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM BERNARDO MORO SOBRINHO E DR VILSON PEDRO KLEINUBING

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

2ª Semana	2ª FEIRA 10/06	3ª FEIRA 11/06	4ª FEIRA 12/06	5ª FEIRA 13/06	6ª FEIRA 14/06
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Polenta cremosa Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês integral com frango, alface e cenoura Leite com café* ½ Fruta**	Macarrão com molho de frango <u>Salada:</u> Alface e beterraba cozida ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz branco Carne bovina na panela Batata doce em rodela assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão e frango ½ Fruta**
Almoço		Feijão Preto Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Frango em molho Purê de batata <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Feijão vermelho Arroz branco Carne bovina na panela Batata doce em rodela assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês integral com frango, alface e cenoura Leite com café* ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão e frango ½ Fruta**	Macarrão com molho de frango <u>Salada:</u> Alface e beterraba cozida ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal parcial)		Energia(Kcal) 454,34kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 68g 60%	PTN (g) 10% a 15% do VET 15g 14%	LPD (g) 15% a 30% do VET 15g 28%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

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



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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM BERNARDO MORO SOBRINHO E DR VILSON PEDRO KLEINUBING

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

3ª Semana	2ª FEIRA 17/06	3ª FEIRA 18/06	4ª FEIRA 19/06	5ª FEIRA 20/06	6ª FEIRA 21/06
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> cenoura ralada e beterraba cozida ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Cenoura e chuchu cozido ½ Fruta**	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura ½ Fruta**	Sanduche de pão francês com carne moída, queijo ralado e alface Suco de uva aquecido* ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, brócolis e vagem cozida ½ Fruta**
Almoço		Feijão Preto Arroz Frango assado Purê de batata <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão. <u>Salada:</u> Alface e cenoura cozida	Feijão Preto Arroz Costelinha assada Quirerinha de milho <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Lentilha Arroz Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, brócolis e vagem cozida ½ Fruta**	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Cenoura e chuchu cozido ½ Fruta**	Sanduche de pão francês com carne moída, queijo ralado e alface Suco de uva aquecido* ½ Fruta**	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> cenoura ralada e beterraba cozida ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal parcial)		Energia (Kcal) 379kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 59g 61%	PTN (g) 10% a 15% do VET 17g 18%	LPD (g) 15% a 30% do VET 12g 27%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

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



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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

**CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM BERNARDO MORO SOBRINHO E DR VILSON PEDRO KLEINUBING
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL**

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

JUNHO DE 2024

4ª Semana	2ª FEIRA 24/06	3ª FEIRA 25/06	4ª FEIRA 26/06	5ª FEIRA 27/06	6ª FEIRA 28/06
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Festa Junina (montar em forma de mesa) Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado Bolo de fubá Suco de uva aquecido Frutas	Sanduche de pão francês com carne moída Leite com café e canela* ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Batata doce assada <u>Salada:</u> Alface, repolho cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz integral Tilápia assada <u>Salada:</u> Alface, repolho beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de legumes e verduras (folhas, talos) com frango batata e arroz ½ Fruta**
Almoço		Feijão Preto Arroz Iscas em molho Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado Purê de batata <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	
Lanche Apresentar apenas 2 variedades por refeição	Festa Junina (montar em forma de mesa) Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado Bolo de fubá Suco de uva aquecido Frutas	Sanduche de pão francês com carne moída Leite com café e canela* ½ Fruta**	Sopa de legumes e verduras (folhas, talos) com frango batata e arroz ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Batata doce assada <u>Salada:</u> Alface, repolho cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz integral Tilápia assada <u>Salada:</u> Alface, repolho beterraba cozida ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal parcial)	Energia (Kcal) 403,96kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 62g 62%	PTN (g) 10% a 15% do VET 18g 18%	LPD (g) 15% a 30% do VET 11g 24%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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.

Documento assinado digitalmente
gov.br ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 20/05/2024 15:39:45-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



**Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469**

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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM CARLOS JAIME DA ROCHA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

1ª Semana	2ª FEIRA 03/06	3ª FEIRA 04/06	4ª FEIRA 05/06	5ª FEIRA 06/06	6ª FEIRA 07/06
Lanche Dua frutas por período	Risoto de Fígado Batata doce em rodela assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, Chuchu e beterraba cozida ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sanduche de pão francês integral com frango, alface e cenoura Leite com café* ½ Fruta**	Feijoada com carne suína Arroz integral Farofa de talos e folhas Couve, espinafre e ora pro nobis refogada <u>Salada:</u> Alface, pepino e beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, arroz e frango ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET 68g 62%	PTN (g) 10% a 15% do VET 13g 12%	LPD (g) 15% a 30% do VET 14g 28%
2ª Semana	2ª FEIRA 10/06	3ª FEIRA 11/06	4ª FEIRA 12/06	5ª FEIRA 13/06	6ª FEIRA 14/06
Lanche Dua frutas por período	Polenta cremosa Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Torta de frango com legumes Chá de casca de abacaxi, cravo e canela Frutas	Feijão vermelho Arroz branco Carne bovina na panela Batata doce em rodela assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba cozida ½ Fruta**	Macarrão de frango <u>Salada:</u> Alface e beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão e frango ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal)		Energia(Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET 68g 60%	PTN (g) 10% a 15% do VET 15g 14%	LPD (g) 15% a 30% do VET 15g 28%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

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

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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL- EM CARLOS JAIME DA ROCHA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

3ª Semana	2ª FEIRA 17/06	3ª FEIRA 18/06	4ª FEIRA 19/06	5ª FEIRA 20/06	6ª FEIRA 21/06
Lanche Dua frutas por período	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> cenoura ralada e beterraba cozida ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Cenoura e chuchu cozido ½ Fruta**	Sanduche de pão francês com carne moída, queijo ralado e alface Suco de uva aquecido* ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, brócolis e vagem cozida ½ Fruta**	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 455,86kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			70g	15g	14g
			61%	14%	27%
4ª Semana	2ª FEIRA 24/06	3ª FEIRA 25/06	4ª FEIRA 26/06	5ª FEIRA 27/06	6ª FEIRA 28/06
Lanche Dua frutas por período	Festa Junina (montar em forma de mesa) Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado Bolo de fubá Suco de uva aquecido Frutas	Quirerinha com costelinha suína Batata doce assada <u>Salada:</u> Alface, repolho cenoura cozida ½ Fruta**	Sanduche de pão francês com carne moída Leite com café e canela* ½ Fruta**	Feijão preto Arroz integral Tilápia assada <u>Salada:</u> Alface, repolho beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de legumes e verduras (folhas, talos) com frango batata e arroz ½ Fruta**
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 456,75kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			68g	16g	15g
			59%	14%	29%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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.



Documento assinado digitalmente

ALESSANDRA NELSI WEBER

Data: 20/05/2024 15:34:46-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



**Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469**

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



Utilizar legumes e verduras da Horta

**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM ERNESTO HACHMANN
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL**

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

JUNHO DE 2024

1ª Semana	2ª FEIRA 03/06	3ª FEIRA 04/06	4ª FEIRA 05/06	5ª FEIRA 06/06	6ª FEIRA 07/06
Lanche da manhã PARCIAL	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, arroz e frango ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Risoto de Fígado Batata doce em rodelas assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, Chuchu e beterraba cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês integral com frango, alface e cenoura Leite com café* ½ Fruta**	Feijoada com carne suína Arroz integral Farofa de talos Refogado de couve, ora pro nobis e espinafre <u>Salada:</u> Alface, pepino e beterraba cozida ½ Fruta**
Lanche da manhã INTEGRAL	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, arroz e frango ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Risoto de Fígado Batata doce em rodelas assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, Chuchu e beterraba cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês integral com frango, alface e cenoura Leite com café* ½ Fruta**	
Almoço INTEGRAL	Feijão Preto Arroz integral Frango em molho Aipim cozido <u>Salada:</u> brócolis e beterraba ralada	Lentilha Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora de pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Lasanha a bolonhesa <u>Salada:</u> Alface e beterraba ralada	Feijão vermelho Arroz Salpicão de frango <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	
Lanche da tarde INTEGRAL	Wafler de polvilho Suco de uva ½ Fruta**	Bolinhos de brócolis Leite com cacau* ½ Fruta**	Croquetinhos de brócolis e cenoura Chá de casca de abacaxi* ½ fruta	Torradinha de pão com patê de frango com cenoura Suco de casca de manga ½ Fruta**	
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
		369,43kcal	54g	13g	9g
			58%	14%	22%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir 02 frutas conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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 Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469**

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



Utilizar legumes e verduras da Horta Escolar

**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM ERNESTO HACHMANN
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL**

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

JUNHO DE 2024

2ª Semana	2ª FEIRA 10/06	3ª FEIRA 11/06	4ª FEIRA 12/06	5ª FEIRA 13/06	6ª FEIRA 14/06
Lanche da manhã PARCIAL	Polenta cremosa Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Macarrão de frango <u>Salada:</u> Alface e beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão e frango ½ Fruta**	Torta de frango com legumes Chá de casca de abacaxi, cravo e canela Frutas	Feijão vermelho Arroz branco Carne bovina na panela Batata doce em rodelas assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba cozida ½ Fruta**
Lanche da manhã INTEGRAL	Polenta cremosa Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Macarrão de frango <u>Salada:</u> Alface e beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão e frango ½ Fruta**	Torta de frango com legumes Chá de casca de abacaxi, cravo e canela Frutas	
Almoço INTEGRAL	Feijão vermelho Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafraão <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Cajiquinha <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Frango em molho Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	
Lanche da Tarde INTEGRAL	Mini pizza com carne moída, tomate e orégano Chá de folha de laranja	Wafler salgado (massa de bolo salgado) Leite com cacau ½ Fruta**	Biscoito de polvilho Suco de uva integral* ½ Fruta**	Croquetinhos de brócolis e cenoura Chá de casca de abacaxi	
Composição nutricional (Média semanal)		Energia(Kcal) 386,08kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 61g 64%	PTN (g) 10% a 15% do VET 17g 18%	LPD (g) 15% a 30% do VET 11g 25%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir 02 frutas conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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 Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469**

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



Utilizar legumes e verduras da Horta

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM ERNESTO HACHMANN
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

3ª Semana	2ª FEIRA 17/06	3ª FEIRA 18/06	4ª FEIRA 19/06	5ª FEIRA 20/06	6ª FEIRA 21/06
Lanche da manhã PARCIAL	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> cenoura ralada e beterraba cozida ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Cenoura e chuchu cozido ½ Fruta**	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída, queijo ralado e alface Suco de uva aquecido* ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, brócolis e vagem cozida ½ Fruta**
Lanche da manhã INTEGRAL	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> cenoura ralada e beterraba cozida ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Cenoura e chuchu cozido ½ Fruta**	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída, queijo ralado e alface Suco de uva aquecido* ½ Fruta**	
Almoço	Feijoada Arroz Farofa de talos Couve refogada <u>Salada:</u> Alface e cenoura cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão vermelho Arroz Frango assado Quirerinha <u>Salada:</u> Alface e repolho	Feijão Preto Arroz Panqueca de carne moída <u>Salada:</u> beterraba e repolho ralados	
Lanche da Tarde	Biscoito de arroz Pasta de amendoim Patê de grão de bico Suco de folha de laranja ½ Fruta**	Biscoito de polvilho Leite com cacau ½ Fruta**	Muffin de omelete Suco de folha de pitanga ½ Fruta**	Sanduíche com hambúrguer de frango Leite com café* Fruta**	
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET 59g 61%	PTN (g) 10% a 15% do VET 17g 18%	LPD (g) 15% a 30% do VET 12g 27%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir 02 frutas conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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 Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM ERNESTO HACHMANN
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

4ª Semana	2ª FEIRA 24/06	3ª FEIRA 25/06	4ª FEIRA 26/06	5ª FEIRA 27/06	6ª FEIRA 28/06
Lanche da manhã PARCIAL	Festa Junina (montar em forma de mesa) Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado Bolo de fubá Suco de uva aquecido Frutas	Quirerinha com costelinha suína Batata doce assada <u>Salada:</u> Alface, repolho cenoura cozida ½ Fruta**	Sanduche de pão francês com carne moída Leite com café e canela* ½ Fruta**	Sopa de legumes e verduras (folhas, talos) com frango batata e arroz ½ Fruta**	Feijão preto Arroz integral Tilápia assada <u>Salada:</u> Alface, repolho beterraba cozida ½ Fruta**
Lanche da manhã INTEGRAL	Festa Junina (montar em forma de mesa) Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado Bolo de fubá Suco de uva aquecido Frutas	Quirerinha com costelinha suína Batata doce assada <u>Salada:</u> Alface, repolho cenoura cozida ½ Fruta**	Sanduche de pão francês com carne moída Leite com café e canela* ½ Fruta**	Sopa de legumes e verduras (folhas, talos) com frango batata e arroz ½ Fruta**	
Almoço	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Farofa de talos <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Costelinha assada Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado Batata inglesa cozida <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida		
	Pão de polvilho Leite com cacau ½ Fruta**	Mini pizza com frango Suco de folha de pitanga ½ Fruta**	Bolinho de beterraba e frango Chá de casca de abacaxi ½ Fruta**		
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 403,96kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 62g 62%	PTN (g) 10% a 15% do VET 18g 18%	LPD (g) 15% a 30% do VET 11g 24%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir 02 frutas conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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.

Documento assinado digitalmente

ALESSANDRA NELSI WEBER

Data: 20/05/2024 15:34:46-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

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



Utilizar legumes e verduras da Horta

**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM Ivo Silveira
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL**

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

JUNHO DE 2024

1ª Semana	2ª FEIRA 03/06	3ª FEIRA 04/06	4ª FEIRA 05/06	5ª FEIRA 06/06	6ª FEIRA 07/06
Lanche da manhã PARCIAL	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, arroz e frango ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sanduche de pão francês integral com frango, alface e cenoura Leite com café* ½ Fruta**	Risoto de Fígado Batata doce em rodelas assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, Chuchu e beterraba cozida ½ Fruta**	Feijoada com carne suína Arroz integral Farofa de talos Couve, espinafre e ora pro nobis refogada <u>Salada:</u> Alface, pepino e beterraba cozida ½ Fruta**
Almoço INTEGRAL	Feijão Preto Arroz integral Frango em molho Aipim cozido <u>Salada:</u> brócolis e beterraba ralada	Feijão carioca Arroz Lasanha à bolonhesa <u>Salada:</u> Alface e beterraba ralada	Lentilha Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora de pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida		
Lanche da tarde INTEGRAL	Wafler de polvilho Suco de uva ½ Fruta**	Bolinhos de brócolis Leite com cacau* ½ Fruta**	Torradinha de pão com patê de frango com cenoura Suco de casca de manga 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
		369,43kcal	54g	13g	9g
			58%	14%	22%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir 02 frutas conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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 Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469**

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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM Ivo Silveira
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL**

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

JUNHO DE 2024

2ª Semana	2ª FEIRA 10/06	3ª FEIRA 11/06	4ª FEIRA 12/06	5ª FEIRA 13/06	6ª FEIRA 14/06
Lanche da manhã PARCIAL	Torta de frango com legumes Chá de casca de abacaxi, cravo e canela Frutas	Macarrão de frango <u>Salada:</u> Alface e beterraba cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão e frango ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz branco Carne bovina na panela Batata doce em rodela assada com sal, alecrim e orégano <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba cozida ½ Fruta**
Almoço INTEGRAL	Feijão vermelho Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafraão <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijoada Arroz Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Frango assado com batata <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida		
Lanche da Tarde INTEGRAL	Mini pizza com carne moída, tomate e orégano Chá de folha de laranja	Wafler salgado (massa de bolo salgado) Leite com cacau ½ Fruta**	Biscoito de polvilho 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
		386,08kcal	61g	17g	11g
			64%	18%	25%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir 02 frutas conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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 Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469**

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



Utilizar legumes e verduras da Horta

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM Ivo Silveira
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

3ª Semana	2ª FEIRA 17/06	3ª FEIRA 18/06	4ª FEIRA 19/06	5ª FEIRA 20/06	6ª FEIRA 21/06
Lanche da manhã PARCIAL	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> cenoura ralada e beterraba cozida ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Cenoura e chuchu cozido ½ Fruta**	Sanduche de pão francês com carne moída, queijo ralado e alface Suco de uva aquecido* ½ Fruta**	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, brócolis e vagem cozida ½ Fruta**
Almoço	Feijão Preto Arroz Lasanha de frango <u>Salada:</u> Alface e cenoura cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão vermelho Arroz Frango assado Quirerinha <u>Salada:</u> Alface e repolho		
Lanche da Tarde	Biscoito de arroz Pasta de amendoim Patê de grão de bico Suco de folha de laranja ½ Fruta**	Biscoito de polvilho Leite com cacau ½ Fruta**	Pão com hamburguer de frango Chá 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
		379kcal	59g	17g	12g
			61%	18%	27%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir 02 frutas conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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 Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

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



Utilizar legumes e
verduras da Horta
Escolar

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM Ivo Silveira
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

4ª Semana	2ª FEIRA 24/06	3ª FEIRA 25/06	4ª FEIRA 26/06	5ª FEIRA 27/06	6ª FEIRA 28/06
Lanche da manhã PARCIAL	Mini pizza com frango Suco de folha de pitanga ½ Fruta**	Sopa de legumes e verduras (folhas, talos) com frango batata e arroz ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída Leite com café e canela* ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Batata doce assada <u>Salada:</u> Alface, repolho cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz integral Tilápia assada <u>Salada:</u> Alface, repolho beterraba cozida ½ Fruta**
Almoço	Feijão Preto Arroz Costelinha assada Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Farofa de talos <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado Batata inglesa cozida <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida		
	Festa Junina (montar em forma de mesa) Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado <u>Bolo de fubá</u> Suco de uva aquecido Frutas	Pão de polvilho Leite com cacau ½ Fruta**	Bolinho de beterraba e frango ½ Fruta**		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 403,96kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 62g 62%	PTN (g) 10% a 15% do VET 18g 18%	LPD (g) 15% a 30% do VET 11g 24%	

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir 02 frutas conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Respeitar a porção, 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.

Documento assinado digitalmente

ALESSANDRA NELSI WEBER

Data: 20/05/2024 15:39:45-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469