

**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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia(Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>  455,86kcal	<b>CHO (g)</b> <b>55% a 65% do VET</b>  70g 61%	<b>PTN (g)</b> <b>10% a 15% do VET</b>  15g 14%	<b>LPD (g)</b> <b>15% a 30% do VET</b>  14g 27%	
4ª Semana	2ª FEIRA 24/06	3ª FEIRA 25/06	4ª FEIRA 26/06	5ª FEIRA 27/06	6ª FEIRA 28/06
<b>Lanche</b> duas variedades de frutas por refeição	<b>Festa Junina (montar em forma de mesa)</b> Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado <b>Bolo de fubá</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>  456,75kcal	<b>CHO (g)</b> <b>55% a 65% do VET</b>  68g 59%	<b>PTN (g)</b> <b>10% a 15% do VET</b>  16g 14%	<b>LPD (g)</b> <b>15% a 30% do VET</b>  15g 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
<b>Lanche</b> 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
<b>Almoço</b>	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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal PARCIAL)</b>		<b>Energia (Kcal)</b> 369,43kcal	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
			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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Almoço</b>	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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal parcial)	<b>Energia(Kcal)</b>		<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
	454,34kcal		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			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 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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Almoço</b>	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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal parcial)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
			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
<b>Lanche</b> Apresentar apenas 2 variedades por refeição	<b>Festa Junina (montar em forma de mesa)</b> Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado <b>Bolo de fubá</b> 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**
<b>Almoço</b>	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
<b>Lanche</b> Apresentar apenas 2 variedades por refeição	<b>Festa Junina (montar em forma de mesa)</b> Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado <b>Bolo de fubá</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal parcial)</b>	<b>Energia (Kcal)</b> 403,96kcal	<b>CHO (g)</b> 55% a 65% do VET 62g 62%	<b>PTN (g)</b> 10% a 15% do VET 18g 18%	<b>LPD (g)</b> 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.

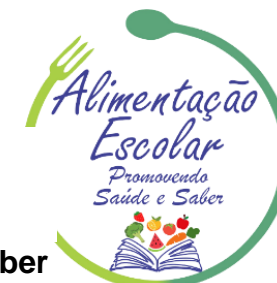
\*\*\*\*Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

**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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Almoço</b>		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	
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal PARCIAL)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>  369,43kcal	<b>CHO (g)</b> <b>55% a 65% do VET</b> 68g 62%	<b>PTN (g)</b> <b>10% a 15% do VET</b> 13g 12%	<b>LPD (g)</b> <b>15% a 30% do VET</b> 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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Almoço</b>		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	
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal parcial)</b>		<b>Energia(Kcal)</b> 454,34kcal	<b>CHO (g)</b> 55% a 65% do VET 68g 60%	<b>PTN (g)</b> 10% a 15% do VET 15g 14%	<b>LPD (g)</b> 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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Almoço</b>		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	
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal parcial)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		379kcal	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 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
<b>Lanche</b> Apresentar apenas 2 variedades por refeição	<b>Festa Junina (montar em forma de mesa)</b> Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado <b>Bolo de fubá</b> 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**
<b>Almoço</b>		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	
<b>Lanche</b> Apresentar apenas 2 variedades por refeição	<b>Festa Junina (montar em forma de mesa)</b> Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado <b>Bolo de fubá</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal parcial)</b>	<b>Energia (Kcal)</b> 403,96kcal	<b>CHO (g)</b> 55% a 65% do VET 62g 62%	<b>PTN (g)</b> 10% a 15% do VET 18g 18%	<b>LPD (g)</b> 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 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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b> <b>55% a 65% do VET</b> 68g 62%	<b>PTN (g)</b> <b>10% a 15% do VET</b> 13g 12%	<b>LPD (g)</b> <b>15% a 30% do VET</b> 14g 28%
2ª Semana	2ª FEIRA 10/06	3ª FEIRA 11/06	4ª FEIRA 12/06	5ª FEIRA 13/06	6ª FEIRA 14/06
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia(Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b> <b>55% a 65% do VET</b> 68g 60%	<b>PTN (g)</b> <b>10% a 15% do VET</b> 15g 14%	<b>LPD (g)</b> <b>15% a 30% do VET</b> 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
<b>Lanche</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b> 455,86kcal	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
			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
<b>Lanche</b> Dua frutas por período	<b>Festa Junina (montar em forma de mesa)</b> Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado <b>Bolo de fubá</b> 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**
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b> 456,75kcal	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
			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
<b>Lanche da manhã PARCIAL</b>	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**
<b>Lanche da manhã INTEGRAL</b>	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**	
<b>Almoço INTEGRAL</b>	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	
<b>Lanche da tarde INTEGRAL</b>	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**	
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b> 55% a 65% do VET	<b>PTN (g)</b> 10% a 15% do VET	<b>LPD (g)</b> 15% a 30% do VET
		369,43kcal	54g 58%	13g 14%	9g 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
<b>Lanche da manhã PARCIAL</b>	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**
<b>Lanche da manhã INTEGRAL</b>	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	
<b>Almoço INTEGRAL</b>	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	
<b>Lanche da Tarde INTEGRAL</b>	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	
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia(Kcal)</b>  386,08kcal	<b>CHO (g)</b> <b>55% a 65% do VET</b> 61g 64%	<b>PTN (g)</b> <b>10% a 15% do VET</b> 17g 18%	<b>LPD (g)</b> <b>15% a 30% do VET</b> 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
<b>Lanche da manhã PARCIAL</b>	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**
<b>Lanche da manhã INTEGRAL</b>	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**	
<b>Almoço</b>	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	
<b>Lanche da Tarde</b>	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**	
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
			59g	17g	12g
			379kcal	61%	18%

\*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
<b>Lanche da manhã PARCIAL</b>	<b>Festa Junina (montar em forma de mesa)</b> Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado <b>Bolo de fubá</b> 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**
<b>Lanche da manhã INTEGRAL</b>	<b>Festa Junina (montar em forma de mesa)</b> Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado <b>Bolo de fubá</b> 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**	
<b>Almoço</b>	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**		
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b> 403,96kcal	<b>CHO (g)</b> 55% a 65% do VET 62g 62%	<b>PTN (g)</b> 10% a 15% do VET 18g 18%	<b>LPD (g)</b> 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**

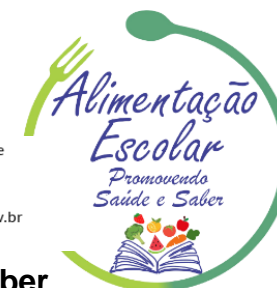
**Cardápio livre de gordura *trans* industrializada e alimentos ultraprocessados.**

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
<b>Lanche da manhã PARCIAL</b>	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**
<b>Almoço INTEGRAL</b>	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		
<b>Lanche da tarde INTEGRAL</b>	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**		
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>  369,43kcal	<b>CHO (g)</b> <b>55% a 65% do VET</b> 54g 58%	<b>PTN (g)</b> <b>10% a 15% do VET</b> 13g 14%	<b>LPD (g)</b> <b>15% a 30% do VET</b> 9g 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
<b>Lanche da manhã PARCIAL</b>	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**
<b>Almoço INTEGRAL</b>	Feijão vermelho Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafreão <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		
<b>Lanche da Tarde INTEGRAL</b>	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**		
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia(Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		386,08kcal	<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
			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
<b>Lanche da manhã PARCIAL</b>	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**
<b>Almoço</b>	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		
<b>Lanche da Tarde</b>	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**		
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		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
<b>Lanche da manhã PARCIAL</b>	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**
<b>Almoço</b>	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		
	<b>Festa Junina (montar em forma de mesa)</b> Biscoito de polvilho Amendoim torrado Pipoca salgada Bolo Salgado <b><u>Bolo de fubá</u></b> Suco de uva aquecido Frutas	Pão de polvilho Leite com cacau ½ Fruta**	Bolinho de beterraba e frango ½ Fruta**		
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b> 403,96kcal	<b>CHO (g)</b> 55% a 65% do VET 62g 62%	<b>PTN (g)</b> 10% a 15% do VET 18g 18%	<b>LPD (g)</b> 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 

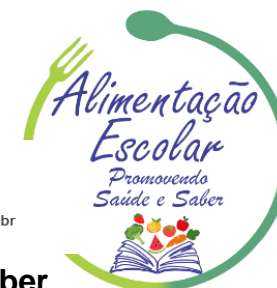
Cardápio livre de gordura *trans* industrializada e alimentos ultraprocessados.

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