

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

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

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

MARÇO DE 2025

1ª Semana	2ª FEIRA 03/03	3ª FEIRA 04/03	4ª FEIRA 05/03	5ª FEIRA 06/03	6ª FEIRA 07/03
Lanche da manhã e tarde	Feriado Carnaval	Feriado Carnaval	Macarronada integral com peito moído em molho (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Picadinho peito de frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Brócolis e cenoura ralada 2 variedades de frutas**	Feijão Preto Arroz com açafrão Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, Rabanete fatiado 2 variedades de frutas**
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
		440,40kcal	68g	13g	14g
2ª Semana	2ª FEIRA 10/03	3ª FEIRA 11/03	4ª FEIRA 12/03	5ª FEIRA 13/03	6ª FEIRA 14/03
Lanche	Polenta cremosa Carne moída suína em molho <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozido 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão francês com carne moída em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) Suco de uva* 2 variedades de frutas**	Bolo salgado integral de frango com legumes Suco de casca de abacaxi* 2 variedades de frutas**	Carreteiro com carne bovina Batata doce assada temperada <u>Salada:</u> beterraba cozida, repolho verde e roxo 2 variedades de frutas**	Lentilha Arroz integral Carne suína refogada Aipim cozido <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**
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. Servir 02 opções por dia.

***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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

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

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

MARÇO DE 2025

3ª Semana	2ª FEIRA 17/03	3ª FEIRA 18/03	4ª FEIRA 19/03	5ª FEIRA 20/03	6ª FEIRA 21/03
Lanche	Macarrão integral à bolonhesa (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> cenoura ralada e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão integral com peito de frango, tomate, alface e cenoura Suco de casca de manga* 2 variedades de frutas**	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> repolho e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Arroz colorido Picadinho de peito de frango Refogado de legumes (cenoura, brócolis, couve flor, batata salsa, chuchu) <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Feijão preto Arroz integral Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> beterraba ralada e rabanete fatiado 2 variedades de frutas**
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 61%	15g 14%	14g 27%
4ª Semana	2ª FEIRA 24/03	3ª FEIRA 25/03	4ª FEIRA 26/03	5ª FEIRA 27/03	6ª FEIRA 28/03
Lanche	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> beterraba cozida, vagem cozida 2 variedades de frutas**	Bolo de amendoim e açúcar mascavo Suco uva* 2 variedades de frutas** <u>Preparação doce</u>	Polenta cremosa Picadinho de Frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Feijão carioca Arroz colorido Costelinha assada Farofa de couve folha <u>Salada:</u> cenoura ralada, pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu e vagem cozida 2 variedades de frutas**
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 403,96kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			62g	18g	11g
			62%	18%	24%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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: 05/03/2025 14:04:47-0300

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



Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

1ª Semana	2ª FEIRA 03/03	3ª FEIRA 04/03	4ª FEIRA 05/03	5ª FEIRA 06/03	6ª FEIRA 07/03
Lanche da manhã e tarde	Feriado Carnaval	Feriado Carnaval	Macarronada integral com peito moído em molho (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Picadinho peito de frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Brócolis e cenoura ralada 2 variedades de frutas**	Feijão Preto Arroz com açafrão Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, Rabanete fatiado 2 variedades de frutas**
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
	440,40kcal		68g	13g	14g
			62%	12%	28%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

2ª Semana	2ª FEIRA 10/03	3ª FEIRA 11/03	4ª FEIRA 12/03	5ª FEIRA 13/03	6ª FEIRA 14/03
Lanche da manhã	Polenta cremosa Carne moída suína em molho <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozido 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão francês com carne moída em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) Suco de uva* 2 variedades de frutas**	Bolo salgado integral de frango com legumes Suco de casca de abacaxi* 2 variedades de frutas**	Carreteiro com carne bovina Batata doce assada temperada <u>Salada:</u> beterraba cozida, repolho verde e roxo 2 variedades de frutas**	Lentilha Arroz integral Carne suína refogada Aipim cozido <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão preto Arroz Carne bovina em molho <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão preto Arroz Carne bovina em molho <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Entreveiro de carne (suína, frango, gado) Farofa <u>Salada:</u> Cenoura e pepino	Feijão preto Arroz Aipim cozido Frango em molho <u>Salada:</u> Repolho e rabanete	Feijão preto Arroz Aipim cozido Frango em molho <u>Salada:</u> Repolho e rabanete
Lanche da tarde	Carreteiro com carne bovina Batata doce assada temperada <u>Salada:</u> beterraba cozida, repolho verde e roxo 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão francês com carne moída em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) Suco de uva* 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Carne moída suína em molho <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozido 2 variedades de frutas**	Lentilha Arroz integral Carne suína refogada Aipim cozido <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Bolo salgado integral de frango com legumes Suco de casca de abacaxi* 2 variedades de frutas**
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 60%	15g 14%	15g 28%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

3ª Semana	2ª FEIRA 17/03	3ª FEIRA 18/03	4ª FEIRA 19/03	5ª FEIRA 20/03	6ª FEIRA 21/03
Lanche da manhã	Macarrão integral à bolonhesa (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> cenoura ralada e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão integral com peito de frango, tomate e cenoura Suco de casca de manga* 2 variedades de frutas**	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> repolho e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Feijão preto Arroz integral Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> beterraba ralada e rabanete fatiado 2 variedades de frutas**	Arroz colorido Picadinho de peito de frango Refogado de legumes (cenoura, brócolis, couve flor, batata salsa, chuchu) <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão Arroz Carne bovina em molho Farofa de legumes Salada: cenoura cozida e pepino fatiado	Feijão Arroz Carne bovina em molho Farofa de legumes Salada: cenoura cozida e pepino fatiado	Feijão Arroz Almondega em molho Salada: cenoura cozida e pepino fatiado	Feijão Arroz Purê de batata Carne suína acebolada Salada: Vagem cozida, beterraba ralada	Feijão Arroz Purê de batata Carne suína acebolada Salada: Vagem cozida, beterraba ralada
Lanche da tarde	Feijão preto Arroz integral Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> beterraba ralada e rabanete fatiado 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão integral com peito de frango, tomate e cenoura Suco de casca de manga* 2 variedades de frutas**	Arroz colorido Picadinho de peito de frango Refogado de legumes (cenoura, brócolis, couve flor, batata salsa, chuchu) <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> repolho e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Macarrão integral à bolonhesa (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> cenoura ralada e chuchu cozido 2 variedades de frutas**
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%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

4ª Semana	2ª FEIRA 24/03	3ª FEIRA 25/03	4ª FEIRA 26/03	5ª FEIRA 27/03	6ª FEIRA 28/03
Lanche da manhã	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> beterraba cozida, vagem cozida 2 variedades de frutas**	Bolo de amendoim e açúcar mascavo Suco uva* 2 variedades de frutas** <u>Preparação doce</u>	Polenta cremosa Picadinho de Frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Feijão carioca Arroz colorido Costelinha assada Farofa de couve folha <u>Salada:</u> cenoura ralada, pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu e vagem cozida 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão carioca Arroz com açafrão Batata doce assada Carne suína acebolada <u>Salada</u> beterraba cozida e Repolho	Feijão carioca Arroz com açafrão Batata doce assada Carne suína acebolada <u>Salada</u> beterraba cozida e Repolho	Feijão Preto Arroz Lasanha de Frango <u>Salada:</u> beterraba cozida e chuchu cozido	Feijão Arroz Hambúrguer bovino (assado ou grelhado) Salada: Pepino fatiado e cenoura ralada	Feijão Arroz Hambúrguer bovino (assado ou grelhado) Salada: Pepino fatiado e cenoura ralada
Lanche da Tarde	Polenta cremosa Picadinho de Frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu e vagem cozida 2 variedades de frutas	Feijão carioca Arroz colorido Costelinha assada Farofa de couve folha <u>Salada:</u> cenoura ralada, pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> beterraba cozida, vagem cozida 2 variedades de frutas**	Bolo de amendoim e açúcar mascavo Suco uva* 2 variedades de frutas** <u>Preparação doce</u>
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 403,96kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			62g	18g	11g
			62%	18%	24%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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: 05/03/2025 14:04:47-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469

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

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

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

1ª Semana	2ª FEIRA 03/03	3ª FEIRA 04/03	4ª FEIRA 05/03	5ª FEIRA 06/03	6ª FEIRA 07/03
Lanche da manhã e tarde	Feriado Carnaval	Feriado Carnaval	Macarronada integral com peito moído em molho (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Picadinho peito de frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Brócolis e cenoura ralada 2 variedades de frutas**	Feijão Preto Arroz com açafrão Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, Rabanete fatiado 2 variedades de frutas**
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
	440,40kcal		68g	13g	14g
			62%	12%	28%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

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

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

2ª Semana	2ª FEIRA 10/03	3ª FEIRA 11/03	4ª FEIRA 12/03	5ª FEIRA 13/03	6ª FEIRA 14/03
Lanche da manhã	Polenta cremosa Carne moída suína em molho <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozido 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão francês com carne moída em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) Suco de uva* 2 variedades de frutas**	Bolo salgado integral de frango com legumes Suco de casca de abacaxi* 2 variedades de frutas**	Carreteiro com carne bovina Batata doce assada temperada <u>Salada:</u> beterraba cozida, repolho verde e roxo 2 variedades de frutas**	Lentilha Arroz integral Carne suína refogada Aipim cozido <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão preto Arroz Carne bovina em molho <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Entrevero de carne (suína, frango, gado) Farofa <u>Salada:</u> Cenoura e pepino	Feijão preto Arroz Aipim cozido Frango em molho <u>Salada:</u> Repolho e rabanete		
Lanche da tarde	Bolo salgado integral de frango com legumes Suco de casca de abacaxi* 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão francês com carne moída em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) Suco de uva* 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Carne moída suína em molho <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozido 2 variedades de frutas**		
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 ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

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

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

3ª Semana	2ª FEIRA 17/03	3ª FEIRA 18/03	4ª FEIRA 19/03	5ª FEIRA 20/03	6ª FEIRA 21/03
Lanche da manhã	Macarrão integral à bolonhesa (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> cenoura ralada e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão integral com peito de frango, tomate e cenoura Suco de casca de manga* 2 variedades de frutas**	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> repolho e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Feijão preto Arroz integral Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> beterraba ralada e rabanete fatiado 2 variedades de frutas**	Arroz colorido Picadinho de peito de frango Refogado de legumes (cenoura, brócolis, couve flor, batata salsa, chuchu) <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão Arroz Purê de batata Carne suína acebolada Salada: Vagem cozida, beterraba ralada	Feijão Arroz Carne bovina em molho Farofa de legumes Salada: cenoura cozida e pepino fatiado	Feijão Arroz Almondegas em molho Salada: cenoura cozida e pepino fatiado		
Lanche da tarde	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> repolho e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão integral com peito de frango, tomate e cenoura Suco de casca de manga* 2 variedades de frutas**	Macarrão integral à bolonhesa (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> cenoura ralada e chuchu cozido 2 variedades de frutas**		
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
			70g	15g	14g
	455,86kcal		61%	14%	27%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

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

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

4ª Semana	2ª FEIRA 24/03	3ª FEIRA 25/03	4ª FEIRA 26/03	5ª FEIRA 27/03	6ª FEIRA 28/03
Lanche da manhã	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> beterraba cozida, vagem cozida 2 variedades de frutas**	Bolo de amendoim e açúcar mascavo Suco uva* 2 variedades de frutas** <u>Preparação doce</u>	Polenta cremosa Picadinho de Frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Feijão carioca Arroz colorido Costelinha assada Farofa de couve folha <u>Salada:</u> cenoura ralada, pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu e vagem cozida 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão carioca Arroz com açafrão Batata doce assada Carne suína acebolada <u>Salada</u> beterraba cozida e Repolho	Feijão Arroz Hambúrguer bovino (assado ou grelhado) <u>Salada:</u> Pepino fatiado e cenoura ralada	Feijão Preto Arroz Lasanha de Frango <u>Salada:</u> beterraba cozida e chuchu cozido		
Lanche da tarde	Polenta cremosa Picadinho de Frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> beterraba cozida, vagem cozida 2 variedades de frutas**	Bolo de amendoim e açúcar mascavo Suco uva* 2 variedades de frutas** <u>Preparação doce</u>		
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 403,96kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			62g	18g	11g
			62%	18%	24%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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.

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

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM VIVER E CONHECER E EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

1ª Semana	2ª FEIRA 03/03	3ª FEIRA 04/03	4ª FEIRA 05/03	5ª FEIRA 06/03	6ª FEIRA 07/03
Lanche da manhã e tarde	Feriado Carnaval	Feriado Carnaval	Macarronada integral com peito moído em molho (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Picadinho peito de frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Brócolis e cenoura ralada 2 variedades de frutas**	Bolo de açúcar mascavo Cobertura de pasta de amendoim Suco uva* 2 variedades de frutas** <u>Preparação doce</u>
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
	440,40kcal		68g	13g	14g
			62%	12%	28%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM VIVER E CONHECER E EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

2ª Semana	2ª FEIRA 10/03	3ª FEIRA 11/03	4ª FEIRA 12/03	5ª FEIRA 13/03	6ª FEIRA 14/03
Lanche da manhã	Polenta cremosa Carne moída suína em molho <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozido 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão francês com carne moída em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) Suco de uva* 2 variedades de frutas**	Bolo salgado integral de frango com legumes Suco de casca de abacaxi* 2 variedades de frutas**	Carreteiro com carne bovina Batata doce assada temperada <u>Salada:</u> beterraba cozida, repolho verde e roxo 2 variedades de frutas**	Lentilha Arroz integral Carne suína refogada Aipim cozido <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão preto Arroz Carne bovina em molho <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão preto Arroz Carne bovina em molho <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Entrevero de carne (suína, frango, gado) Farofa <u>Salada:</u> Cenoura e pepino	Feijão preto Arroz Aipim cozido Frango em molho <u>Salada:</u> Repolho e rabanete	Feijão preto Arroz Aipim cozido Frango em molho <u>Salada:</u> Repolho e rabanete
Lanche da tarde	Carreteiro com carne bovina Batata doce assada temperada <u>Salada:</u> beterraba cozida, repolho verde e roxo 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão francês com carne moída em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) Suco de uva* 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Carne moída suína em molho <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozido 2 variedades de frutas**	Lentilha Arroz integral Carne suína refogada Aipim cozido <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Bolo salgado integral de frango com legumes Suco de casca de abacaxi* 2 variedades de frutas**
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 ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM VIVER E CONHECER E EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

3ª Semana	2ª FEIRA 17/03	3ª FEIRA 18/03	4ª FEIRA 19/03	5ª FEIRA 20/03	6ª FEIRA 21/03
Lanche da manhã	Macarrão integral à bolonhesa (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> cenoura ralada e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão integral com peito de frango, tomate e cenoura Suco de casca de manga* 2 variedades de frutas**	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> repolho e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Feijão preto Arroz integral Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> beterraba ralada e rabanete fatiado 2 variedades de frutas**	Arroz colorido Picadinho de peito de frango Refogado de legumes (cenoura, brócolis, couve flor, batata salsa, chuchu) <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão Arroz Carne bovina em molho Farofa de legumes Salada: cenoura cozida e pepino fatiado	Feijão Arroz Carne bovina em molho Farofa de legumes Salada: cenoura cozida e pepino fatiado	Feijão Arroz Almondegas em molho Salada: cenoura cozida e pepino fatiado	Feijão Arroz Purê de batata Carne suína acebolada Salada: Vagem cozida, beterraba ralada	Feijão Arroz Purê de batata Carne suína acebolada Salada: Vagem cozida, beterraba ralada
Lanche da tarde	Feijão preto Arroz integral Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> beterraba ralada e rabanete fatiado 2 variedades de frutas**	Sanduíche de pão integral com peito de frango, tomate e cenoura Suco de casca de manga* 2 variedades de frutas**	Arroz colorido Picadinho de peito de frango Refogado de legumes (cenoura, brócolis, couve flor, batata salsa, chuchu) <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> repolho e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Macarrão integral à bolonhesa (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> cenoura ralada e chuchu cozido 2 variedades de frutas**
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%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM VIVER E CONHECER E EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

4ª Semana	2ª FEIRA 24/03	3ª FEIRA 25/03	4ª FEIRA 26/03	5ª FEIRA 27/03	6ª FEIRA 28/03
Lanche da manhã	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> beterraba cozida, vagem cozida 2 variedades de frutas**	Feijão Preto Arroz com açafrão Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, Rabanete fatiado 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Picadinho de Frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Feijão carioca Arroz colorido Costelinha assada Farofa de couve folha <u>Salada:</u> cenoura ralada, pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu e vagem cozida 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão carioca Arroz com açafrão Batata doce assada Carne suína acebolada <u>Salada:</u> beterraba cozida e Repolho	Feijão carioca Arroz com açafrão Batata doce assada Carne suína acebolada <u>Salada:</u> beterraba cozida e Repolho	Feijão Preto Arroz Lasanha de Frango <u>Salada:</u> beterraba cozida e chuchu cozido	Feijão Arroz Hambúrguer bovino (assado ou grelhado) Salada: Pepino fatiado e cenoura ralada	Feijão Arroz Hambúrguer bovino (assado ou grelhado) Salada: Pepino fatiado e cenoura ralada
Lanche da Tarde	Polenta cremosa Picadinho de Frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu e vagem cozida 2 variedades de frutas	Feijão Preto Arroz com açafrão Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, Rabanete fatiado 2 variedades de frutas**	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> beterraba cozida, vagem cozida 2 variedades de frutas**	Feijão carioca Arroz colorido Costelinha assada Farofa de couve folha <u>Salada:</u> cenoura ralada, pepino fatiado 2 variedades de frutas**
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 403,96kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			62g	18g	11g
			62%	18%	24%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR ADICIONADO.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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: 05/03/2025 14:04:46-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM ERNESTO HACHMANN
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO de 2025

1ª Semana	2ª FEIRA 03/03	3ª FEIRA 04/03	4ª FEIRA 05/03	5ª FEIRA 06/03	6ª FEIRA 07/03
Lanche da manhã Integral e Parcial	Feriado Carnaval	Feriado Carnaval	Macarronada integral com peito moído em molho (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Picadinho peito de frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Brócolis e cenoura ralada 2 variedades de frutas**	Feijão Preto Arroz com açafrão Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, Rabanete fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço Integral			Feijão carioca Arroz Lasanha à bolonhesa <u>Salada:</u> Alface e chuchu cozido	Lentilha Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	
Lanche da tarde Integral			Bolinhos de brócolis Leite com cacau* ½ Fruta**	Wafler de polvilho Suco de uva ½ Fruta**	
Composição nutricional (Média semanal)		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
			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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM ERNESTO HACHMANN
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO de 2025

2ª Semana	2ª FEIRA 10/03	3ª FEIRA 11/03	4ª FEIRA 12/03	5ª FEIRA 13/03	6ª FEIRA 14/03
Lanche da manhã Integral e Parcial	Sanduche de pão francês com carne moída em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) Suco de uva* 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Carne moída suína em molho <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozido 2 variedades de frutas**	Bolo salgado integral de frango com legumes Suco de casca de abacaxi* 2 variedades de frutas**	Carreteiro com carne bovina Batata doce assada temperada <u>Salada:</u> beterraba cozida, repolho verde e roxo 2 variedades de frutas**	Lentilha Arroz integral Carne suína refogada Aipim cozido <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço Integral	Feijão vermelho Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão carioca Arroz Entrevero de carne (suína, frango, gado) <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijoada Arroz Farofa Couve refogada <u>Salada:</u> Repolho e rabanete	Lentilha Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba 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**	Bolo salgado Suco de uva integral ½ Fruta**	Pão de polvilho Suco de casca de manga*	
Composição nutricional (Média semanal)		Energia(Kcal) 386,08kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM ERNESTO HACHMANN
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO de 2025

3ª Semana	2ª FEIRA 17/03	3ª FEIRA 18/03	4ª FEIRA 19/03	5ª FEIRA 20/03	6ª FEIRA 21/03
Lanche da manhã Integral e Parcial	Sanduche de pão integral com peito de frango, tomate, alface e cenoura Suco de casca de manga* 2 variedades de frutas**	Macarrão integral à bolonhesa (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> cenoura ralada e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> repolho e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Arroz colorido Picadinho de peito de frango Refogado de legumes (cenoura, brócolis, couve flor, batata salsa, chuchu) <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Feijão preto Arroz integral Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> beterraba ralada e rabanete fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço integral	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Aipim cozido <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Bife de gado Batata doce assada <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão carioca Arroz Almondegas em molho Batata cozida <u>Salada:</u> Alface e pepino	Feijão Preto Arroz Frango assado empanado Farofa de ora-pro-nóbis <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	
Lanche da tarde Integral	Mini pizza com frango Chá (gelado ou quente) ½ Fruta**	Pão de polvilho Leite com cacau ½ Fruta**	Bolinho de beterraba e frango Suco de casca de manga ½ Fruta**	Bolo salgado Suco de uva ½ Fruta**	
Composição nutricional (Média semanal parcial)		Energia (Kcal) 459,04kcal	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 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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM ERNESTO HACHMANN
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO de 2025

4ª Semana	2ª FEIRA 24/03	3ª FEIRA 25/03	4ª FEIRA 26/03	5ª FEIRA 27/03	6ª FEIRA 28/03
Lanche da manhã Integral e Parcial	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> beterraba cozida, vagem cozida 2 variedades de frutas**	Bolo de amendoim e açúcar mascavo Suco uva* 2 variedades de frutas** <u>Preparação doce</u>	Polenta cremosa Picadinho de Frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Feijão carioca Arroz colorido Costelinha assada Farofa de couve folha <u>Salada:</u> cenoura ralada, pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu e vagem cozida 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão Preto Arroz Bife de frango Purê de batata <u>Salada:</u> cenoura ralada e vagem cozida	Feijão carioca Arroz Almondegas em molho Aipim cozido <u>Salada:</u> Vagem cozida e rabanete fatiado	Feijão Preto Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Lasanha de Frango <u>Salada:</u> alface e beterraba cozida	
Lanche da tarde integral	Biscoito de arroz com patê de frango com grão de bico Suco de uva ½ Fruta**	Torrada de pão com manteiga e orégano. Torrada de pão com carne moída em molho ½ Fruta**	Biscoito de polvilho Leite com cacau ½ Fruta**	Mini pizza de frango Suco de laranja ½ Fruta**	
Composição nutricional (Média semanal parcial)		Energia (Kcal) 460 kcal	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 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: 19/02/2025 15:28:00-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM Ivo Silveira
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025					
1ª Semana	2ª FEIRA 03/03	3ª FEIRA 04/03	4ª FEIRA 05/03	5ª FEIRA 06/03	6ª FEIRA 07/03
Lanche da manhã	Feriado Carnaval	Feriado Carnaval	Macarronada integral com peito moído em molho (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Picadinho peito de frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Brócolis e cenoura ralada 2 variedades de frutas**	Feijão Preto Arroz com açafrão Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, Rabanete fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço Integral			Feijão carioca Arroz Lasanha à bolonhesa <u>Salada:</u> Alface e chuchu cozido		
Lanche da tarde Integral			Bolinhos de brócolis Leite com cacau* ½ Fruta**		
Composição nutricional (Média semanal)		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
			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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM Ivo Silveira

ZONA RURAL

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

2ª Semana	2ª FEIRA 10/03	3ª FEIRA 11/03	4ª FEIRA 12/03	5ª FEIRA 13/03	6ª FEIRA 14/03
Lanche da manhã	Sanduche de pão francês com carne moída em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) Suco de uva* 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Carne moída suína em molho <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozido 2 variedades de frutas**	Bolo salgado integral de frango com legumes Suco de casca de abacaxi* 2 variedades de frutas**	Carreteiro com carne bovina Batata doce assada temperada <u>Salada:</u> beterraba cozida, repolho verde e roxo 2 variedades de frutas**	Lentilha Arroz integral Carne suína refogada Aipim cozido <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço Integral	Feijão vermelho Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão carioca Arroz Entrevero de carne (suína, frango, gado) <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijoada Arroz Farofa Couve refogada <u>Salada:</u> Repolho e rabanete		
Lanche da Tarde Integral	Torrada de pão com manteiga e orégano. Torrada de pão com carne moída em molho ½ Fruta**	Wafler salgado (massa de bolo salgado) Leite com cacau ½ Fruta**	Pão de polvilho Suco de casca de manga* ½ Fruta**		
Composição nutricional (Média semanal)		Energia(Kcal) 386,08kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM Ivo Silveira
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

3ª Semana	2ª FEIRA 17/03	3ª FEIRA 18/03	4ª FEIRA 19/03	5ª FEIRA 20/03	6ª FEIRA 21/03
Lanche da manhã	Sanduche de pão integral com peito de frango, tomate, alface e cenoura Suco de casca de manga* 2 variedades de frutas**	Macarrão integral à bolonhesa (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> cenoura ralada e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> repolho e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Arroz colorido Picadinho de peito de frango Refogado de legumes (cenoura, brócolis, couve flor, batata salsa, chuchu) <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Feijão preto Arroz integral Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> beterraba ralada e rabanete fatiado 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Aipim cozido <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Bife de gado Batata doce assada <u>Salada:</u> Alface e vagem cozida	Feijão carioca Arroz Almondegas em molho Batata cozida <u>Salada:</u> Alface e pepino		
Lanche integral	Mini pizza com frango Chá (gelado ou quente) ½ Fruta**	Pão de polvilho Leite com cacau ½ Fruta**	Bolinho de beterraba e frango Suco de casca de manga ½ Fruta**		
Composição nutricional (Média semanal parcial)		Energia (Kcal) 459,04kcal	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 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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL- EM Ivo Silveira
ZONA RURAL
PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2025

4ª Semana	2ª FEIRA 24/03	3ª FEIRA 25/03	4ª FEIRA 26/03	5ª FEIRA 27/03	6ª FEIRA 28/03
Lanche da manhã	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> beterraba cozida, vagem cozida 2 variedades de frutas**	Bolo de amendoim e açúcar mascavo Suco uva* ½ Fruta* <u>Preparação doce</u>	Polenta cremosa Picadinho de Frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Feijão carioca Arroz colorido Costelinha assada Farofa de couve folha <u>Salada:</u> cenoura ralada, pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu e vagem cozida 2 variedades de frutas**
Almoço	Feijão Preto Arroz Bife de frango Purê de batata <u>Salada:</u> cenoura ralada e vagem cozida	Feijão carioca Arroz Almondegas em molho Aipim cozido <u>Salada:</u> Vagem cozida e rabanete fatiado	Feijão Preto Arroz Lasanha de Frango <u>Salada:</u> alface e beterraba cozida,		
Lanche da tarde integral	Cupcake salgado Suco de uva ½ Fruta**	Mini pizza com carne moída, tomate e orégano Chá de folha de laranja	Esfira assada Suco de laranja ½ Fruta**		
Composição nutricional (Média semanal parcial)		Energia (Kcal) 460 kcal	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 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: 19/02/2025 15:28:00-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469

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

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

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

MARÇO DE 2025

1ª Semana	2ª FEIRA 03/03	3ª FEIRA 04/03	4ª FEIRA 05/03	5ª FEIRA 06/03	6ª FEIRA 07/03
Lanche da manhã e tarde	Feriado Carnaval	Feriado Carnaval	Macarronada integral com peito moído em molho (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> Repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Picadinho peito de frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Brócolis e cenoura ralada 2 variedades de frutas**	Feijão Preto Arroz com açafrão Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, Rabanete fatiado 2 variedades de frutas**
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
		440,40kcal	68g	13g	14g
2ª Semana	2ª FEIRA 10/03	3ª FEIRA 11/03	4ª FEIRA 12/03	5ª FEIRA 13/03	6ª FEIRA 14/03
Lanche	Sanduche de pão francês com carne moída em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) Suco de uva* 2 variedades de frutas**	Polenta cremosa Carne moída suína em molho <u>Salada:</u> Repolho e vagem cozido 2 variedades de frutas**	Bolo salgado integral de frango com legumes Suco de casca de abacaxi* 2 variedades de frutas**	Carreteiro com carne bovina Batata doce assada temperada <u>Salada:</u> beterraba cozida, repolho verde e roxo 2 variedades de frutas**	Lentilha Arroz integral Carne suína refogada Aipim cozido <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**
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. Servir 02 opções por dia.

***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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

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

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

MARÇO DE 2025

3ª Semana	2ª FEIRA 17/03	3ª FEIRA 18/03	4ª FEIRA 19/03	5ª FEIRA 20/03	6ª FEIRA 21/03
Lanche	Sanduíche de pão integral com peito de frango, tomate, alface e cenoura Suco de casca de manga* 2 variedades de frutas**	Macarrão integral à bolonhesa (cozinhar o macarrão conforme a demanda) <u>Salada:</u> cenoura ralada e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Risoto de arroz integral de frango <u>Salada:</u> repolho e chuchu cozido 2 variedades de frutas**	Arroz colorido Picadinho de peito de frango Refogado de legumes (cenoura, brócolis, couve flor, batata salsa, chuchu) <u>Salada:</u> repolho e pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Feijão preto Arroz integral Carne bovina em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> beterraba ralada e rabanete fatiado 2 variedades de frutas**
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 61%	15g 14%	14g 27%
4ª Semana	2ª FEIRA 24/03	3ª FEIRA 25/03	4ª FEIRA 26/03	5ª FEIRA 27/03	6ª FEIRA 28/03
Lanche	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> beterraba cozida, vagem cozida 2 variedades de frutas**	Bolo de amendoim e açúcar mascavo Suco uva* 2 variedades de frutas** <u>Preparação doce</u>	Polenta cremosa Picadinho de Frango em molho vermelho (tomate, colorau e polpa de tomate) <u>Salada:</u> repolho e beterraba cozida 2 variedades de frutas**	Feijão carioca Arroz colorido Costelinha assada Farofa de couve folha <u>Salada:</u> cenoura ralada, pepino fatiado 2 variedades de frutas**	Risoto de frango <u>Salada:</u> Chuchu e vagem cozida 2 variedades de frutas**
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 403,96kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			62g 62%	18g 18%	11g 24%

*PREPARAÇÃO SEM AÇÚCAR.

** Servir a fruta conforme o grau de amadurecimento e disponibilidade. Servir 02 opções por dia.

***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: 05/03/2025 14:04:46-0300
 Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469