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					
JULHO DE 2025					
Primeira semana	**2ª FEIRA (30/06)**	**3ª FEIRA (01/07)**	**4ª FEIRA (02/07)**	**5ª FEIRA (03/07)**	**6ª FEIRA (04/07)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, ora-pro-nóbis, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango ½ Fruta**	Bolo salgado Integral Leite com café* ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz com açafrão Tilápia Assada Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**	Risoto de moela, arroz integral com açafrão Batata inglesa assada e temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Melancia e Manga	Laranja e Bergamota
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		440,40 KCAL	68g	13g	14g
			62%	12%	28%
Segunda Semana	**2ª FEIRA (07/07)**	**3ª FEIRA (08/07)**	**4ª FEIRA (09/07)**	**5ª FEIRA (10/07)**	**6ª FEIRA (11/07)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Vagem cozida e beterraba ralada ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Canjiquinha com carne suína Batata doce assada temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, repolho ralado e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Entreveiro de carnes (peito de frango, cubos suínos, cubos bovinos), cebola, pimentão, tomate e tempero verde Legumes refogados: brócolis, vagem, cenoura Salada: Alface e repolho ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Laranja e Manga	Bergamota e Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		454,34 KCAL	68g	15g	15g
			60%	14%	28%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação. Servir duas variadades por refeição.

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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					
JULHO DE 2025					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (14/07)**	**3ª FEIRA (15/07)**	**4ª FEIRA (16/07)**	**5ª FEIRA (17/07)**	**6ª FEIRA (18/07)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão Integral à bolonhesa Salada: Alface, repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Vaca atolada com carne bovina em cubos Abobrinha refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado ½ Fruta**	Feijoada (carne suína e carne bovina) Arroz com açafrão Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Laranja	Abacaxi e Melancia	Bergamota e Maçã	Melancia e bergamota	Mamão e manga
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		455,86KCAL	70g	15g	14g
			61%	14%	27%

Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 17/06/2025 10:27:09-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

* Preparação sem açúcar
** As frutas oferecer conforme grão de maturação. Servir duas variadades por refeição.
*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.
Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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 PARCIAL/INTEGRAL

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

JULHO DE 2025

Primeira semana	2ª FEIRA (30/06)	3ª FEIRA (01/07)	4ª FEIRA (02/07)	5ª FEIRA (03/07)	6ª FEIRA (04/07)
REFEIÇÃO I	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, ora-pro-nóbis, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango ½ Fruta**	Bolo salgado Integral Leite com café* ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz Tilápia Assada Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**	Risoto de moela, arroz integral com açafrão Batata inglesa assada e temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida ½ Fruta**
ALMOÇO	Feijão Carioca Arroz colorido com cenoura e temperos verdes Nhoque com carne moída em molho Salada: Alface, repolho e beterraba cozida Bergamota	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado Purê de batata Salada: Alface e vagem cozida Laranja	Feijão Preto Arroz Lasanha a bolonhesa Salada: Alface e beterraba ralada Bergamota		
REFEIÇÃO II	Bolo salgado Integral Leite com café* ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz Tilápia Assada Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**	Risoto de moela, arroz integral com açafrão Batata inglesa assada e temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, ora-pro-nóbis, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Bergamota e Manga	Laranja e Melancia

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET
	369,43kcal	54g	13g	9g
		58%	14%	22%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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 PARCIAL/INTEGRAL

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

JULHO DE 2025

Segunda Semana	2ª FEIRA (07/07)	3ª FEIRA (08/07)	4ª FEIRA (09/07)	5ª FEIRA (10/07)	6ª FEIRA (11/07)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Vagem cozida e beterraba ralada ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Canjiquinha com carne suína Batata doce assada temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, repolho ralado e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Entreveiro de carnes (peito de frango, cubos suínos, cubos bovinos), cebola, pimentão, tomate e tempero verde Legumes refogados: brócolis, vagem, cenoura Salada: Alface e repolho ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Purê de batata Salada: Chuchu cozido e repolho Laranja	Feijão vermelho Arroz com açafrão Panqueca de carne de frango Salada: Alface, brócolis cozido e rabanete fatiado Bergamota	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface e vagem cozida Bergamota		
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Vagem cozida e beterraba ralada ½ Fruta**	Arroz Entreveiro de carnes (peito de frango, cubos suínos, cubos bovinos), cebola, pimentão, tomate e tempero verde Legumes refogados: brócolis, vagem, cenoura Salada: Alface e repolho ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Canjiquinha com carne suína Batata doce assada temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, repolho ralado e chuchu cozido ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Laranja e Manga	Bergamota e Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		386,08kcal	61g	17g	7g
			64%	18%	25%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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 PARCIAL/INTEGRAL

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

JULHO DE 2025

Terceira Semana	2ª FEIRA (14/07)	3ª FEIRA (15/07)	4ª FEIRA (16/07)	5ª FEIRA (17/07)	6ª FEIRA (18/07)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Macarrão Integral à bolonhesa Salada: Alface, repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Vaca atolada com carne bovina em cubos Abobrinha refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado ½ Fruta**	Feijoada (carne suína e carne bovina) Arroz com açafrão Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Arroz com açafrão Escondidinho de carne moída Couve e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete fatiado Laranja	Feijão Preto Arroz Lasanha de frango com massa de panqueca Salada: Alface, beterraba e repolho ralados Bergamota	Feijão carioca Arroz colorido com milho, ervilha e cenoura Filé de peito de frango na frigideira Salada: Alface e vagem cozida Salada: Repolho e beterraba cozida Bergamota		
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa Salada: Alface, repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijoada (carne suína e carne bovina) Arroz com açafrão Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Vaca atolada com carne bovina em cubos Abobrinha refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã	Manga e Mamão	Banana e
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		379KCAL	59g	17g	12g
			61%	18%	27%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 17/06/2025 10:25:51-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Alessandra N. 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 PARCIAL/INTEGRAL

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

JULHO DE 2025

Primeira semana	2ª FEIRA (30/06)	3ª FEIRA (01/07)	4ª FEIRA (02/07)	5ª FEIRA (03/07)	6ª FEIRA (04/07)
REFEIÇÃO I	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, ora-pro-nóbis, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango ½ Fruta**	Bolo Salgado integral Leite com café* ½ Fruta**	Canjiquinha com carne suína Batata doce assada temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, repolho ralado e chuchu cozido ½ Fruta**	Feijão preto Arroz Tilápia Assada Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**	Risoto de moela, arroz integral com açafrão Batata inglesa assada e temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida ½ Fruta**
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Frango em molho Aipim cozido Salada: brócolis e beterraba ralada Laranja	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado Purê de batata Salada: Alface e vagem cozida Laranja	Feijão Preto Arroz Lasanha a bolonhesa Salada: Alface e beterraba ralada Bergamota	Feijão Carioca Arroz colorido com cenoura e temperos verdes Nhoque com carne moída em molho Salada: Alface, repolho e beterraba cozida Bergamota	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Farofa de talos Salada: Alface, repolho e beterraba cozida Bergamota
REFEIÇÃO II	Bolo Salgado integral Leite com café* ½ Fruta**	Canjiquinha com carne suína Batata doce assada temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, repolho ralado e chuchu cozido ½ Fruta**	Feijão preto Arroz Tilápia Assada Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**	Risoto de moela, arroz integral com açafrão Batata inglesa assada e temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, ora-pro-nóbis, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Bergamota e Manga	Laranja e Melancia

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET
	369,43kcal	54g	13g	9g
		58%	14%	22%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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 PARCIAL/INTEGRAL

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

JULHO DE 2025

Segunda Semana	2ª FEIRA (07/07)	3ª FEIRA (08/07)	4ª FEIRA (09/07)	5ª FEIRA (10/07)	6ª FEIRA (11/07)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Vagem cozida e beterraba ralada ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Arroz Entreveiro de carnes (peito de frango, cubos suínos, cubos bovinos), cebola, pimentão, tomate e tempero verde Legumes refogados: brócolis, vagem, cenoura Salada: Alface e repolho ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Purê de batata Salada: Chuchu cozido e repolho Laranja	Feijão Preto Arroz Carne suína em cubos Farofa de talos Salada: Alface, repolho e beterraba cozida Laranja	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface e vagem cozida Bergamota	Feijão Preto Arroz Frango assado com batata Couve folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado Bergamota	Feijão vermelho Arroz com açafrão Panqueca de carne de frango Salada: Alface, brócolis cozido e rabanete fatiado Bergamota
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Vagem cozida e beterraba ralada ½ Fruta**	Arroz Entreveiro de carnes (peito de frango, cubos suínos, cubos bovinos), cebola, pimentão, tomate e tempero verde Legumes refogados: brócolis, vagem, cenoura Salada: Alface e repolho ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em Molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Laranja e Manga	Bergamota e Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		386,08kcal	61g	17g	7g
			64%	18%	25%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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 PARCIAL/INTEGRAL

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

JULHO DE 2025

Terceira Semana	2ª FEIRA (14/07)	3ª FEIRA (15/07)	4ª FEIRA (16/07)	5ª FEIRA (17/07)	6ª FEIRA (18/07)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Macarrão Integral à bolonhesa Salada: Alface, repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Vaca atolada com carne bovina em cubos Abobrinha refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado ½ Fruta**	Feijoada (carne suína e carne bovina) Arroz com açafrão Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Arroz com açafrão Escondidinho de carne moída Couve e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete fatiado Laranja	Feijão Preto Arroz Lasanha de frango com massa de panqueca Salada: Alface, beterraba e repolho ralados Bergamota	Feijão vermelho Arroz Frango assado Purê de batata Salada: Alface e repolho Bergamota	Feijão carioca Arroz colorido com milho, ervilha e cenoura Filé de peito de frango na frigideira Salada: Alface e vagem cozida Salada: Repolho e beterraba cozida Bergamota	Feijão preto Arroz Panqueca de carne moída Salada: cenoura cozida, vagem cozida Laranja
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa Salada: Alface, repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijoada (carne suína e carne bovina) Arroz com açafrão Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Vaca atolada com carne bovina em cubos Abobrinha refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã	Manga e Mamão	Banana e

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET
	379KCAL	59g	17g	12g
		61%	18%	27%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 17/06/2025 10:25:51-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Alessandra N. 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					
JULHO DE 2025					
Primeira semana	**2ª FEIRA (30/06)**	**3ª FEIRA (01/07)**	**4ª FEIRA (02/07)**	**5ª FEIRA (03/07)**	**6ª FEIRA (04/07)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Bolo salgado Integral Leite com café* ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, ora-pro-nóbis, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz Tilápia Assada Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**	Risoto de moela, arroz integral com açafrão Batata inglesa assada e temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Melancia e Manga	Laranja e Bergamota
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		440,40 KCAL	68g	13g	14g
			62%	12%	28%
Segunda Semana	**2ª FEIRA (07/07)**	**3ª FEIRA (08/07)**	**4ª FEIRA (09/07)**	**5ª FEIRA (10/07)**	**6ª FEIRA (11/07)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Vagem cozida e beterraba ralada ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Canjiquinha com carne suína Batata doce assada temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, repolho ralado e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Entreveiro de carnes (peito de frango, cubos suínos, cubos bovinos), cebola, pimentão, tomate e tempero verde Legumes refogados: brócolis, vagem, cenoura Salada: Alface e repolho ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Laranja e Manga	Bergamota e Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		454,34 KCAL	68g	15g	15g
			60%	14%	28%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação. Servir duas variadades por refeição.

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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					
JULHO DE 2025					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (14/07)**	**3ª FEIRA (15/07)**	**4ª FEIRA (16/07)**	**5ª FEIRA (17/07)**	**6ª FEIRA (18/07)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão Integral à bolonhesa Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Vaca atolada com carne bovina em cubos Abobrinha refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado ½ Fruta**	Feijoada (carne suína e carne bovina) Arroz com açafrão Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Laranja	Abacaxi e Melancia	Bergamota e Maçã	Melancia e bergamota	Mamão e manga
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		455,86KCAL	70g	15g	14g
			61%	14%	27%

Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 17/06/2025 10:27:09-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

* Preparação sem açúcar
** As frutas oferecer conforme grão de maturação. Servir duas variadades por refeição.
*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.
Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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 ERNESTO HACHMANN					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JULHO DE 2025					
Primeira semana	**2ª FEIRA (30/06)**	**3ª FEIRA (01/07)**	**4ª FEIRA (02/07)**	**5ª FEIRA (03/07)**	**6ª FEIRA (04/07)**
REFEIÇÃO I	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, ora-pro-nóbis, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango ½ Fruta**	Bolo Salgado Integral Leite com café* ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Risoto de moela, arroz integral com açafrão Batata inglesa assada e temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz Tilápia Assada Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Lasanha a bolonhesa Salada: Alface e beterraba ralada Bergamota	Feijão Preto Arroz Nhoque com molho de carne moída Salada: Alface e beterraba ralada Laranja	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado Purê de batata Salada: Repolho e vagem cozida Bergamota	Feijão Carioca Arroz Tortéi Carne moída em molho Salada:Alface, Repolho e beterraba cozida Bergamota	
REFEIÇÃO II	Bolo Salgado Integral Chá de ervas frescas ½ Fruta**	Wafler de polvilho Café com leite* ½ Fruta**	Sanduiche natural (pão fatiado integral, patê de homus de grão de bico, cenoura, tomate, frango desfiado, alface) Suco de uva ½ Fruta**	Esfira de frango Chá de casca de abacaxi* ½ fruta	
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Bergamota e Manga	Laranja e Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		369,43kcal	54g	13g	9g
			58%	14%	22%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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 ERNESTO HACHMANN					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JULHO DE 2025					
Segunda Semana	**2ª FEIRA (07/07)**	**3ª FEIRA (08/07)**	**4ª FEIRA (09/07)**	**5ª FEIRA (10/07)**	**6ª FEIRA (11/07)**
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Vagem cozida e beterraba ralada ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Canjiquinha com carne suína Batata doce assada temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, repolho ralado e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Entreveiro de carnes (peito de frango, cubos suínos, cubos bovinos), cebola, pimentão, tomate e tempero verde Legumes refogados: brócolis, vagem, cenoura Salada: Alface e repolho ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Batata doce assada com ervas Salada: Chuchu cozido e repolho Laranja	Feijão vermelho Arroz com açafrão Panqueca de carne de frango Salada: Alface, brócolis cozido e rabanete fatiado Bergamota	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface e vagem cozida Bergamota	Feijão Preto Arroz Frango assado com batata Couve folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, Cenoura ralada e pepino fatiado Bergamota	
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Mini pizza com carne moída, tomate e orégano Chá de ervas frescas ½ Fruta**	Wafler salgado (massa de bolo salgado) Leite com cacau ½ Fruta**	Bolinho de beterraba e frango Chá de casca de abacaxi ½ Fruta***	Esfira de frango Chá de casca de abacaxi ½ Fruta**	
Fruta da semana	Chá de folha de laranja	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Laranja e Manga	Melão e Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		386,08kcal	61g	17g	7g
			64%	18%	25%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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 ERNESTO HACHMANN					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JULHO DE 2025					

Terceira Semana	2ª FEIRA (14/07)	3ª FEIRA (15/07)	4ª FEIRA (16/07)	5ª FEIRA (17/07)	6ª FEIRA (18/07)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Macarrão Integral à bolonhesa Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Vaca atolada com carne bovina em cubos Abobrinha refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado ½ Fruta**	Feijoada (carne suína e carne bovina) Arroz com açafrão Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Arroz com açafrão Escondidinho de carne moída Couve e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete fatiado Laranja	Feijão Preto Arroz Lasanha com carne moída Salada: Alface, beterraba e repolho Bergamota	Feijão vermelho Arroz Frango assado Batata inglesa cozida Salada: Alface e repolho Bergamota	Feijão Carioca Arroz Batata cozida Carne moída em molho Salada: Alface, repolho e beterraba cozida Bergamota	
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Mini pizza com frango, tomate e orégano Leite com cacau ½ Fruta**	Muffin de omelete Chá de abacaxi ½ Fruta**	Pão de polvilho Café com leite ½ Fruta**	Wafler com massa de bolo sem açúcar Suco de uva* ½ Fruta**	
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã	Banana e melão	Manga e mamão

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET
	379KCAL	59g	17g	12g
		61%	18%	27%

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 17/06/2025 10:25:51-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

* Preparação sem açúcar
** As frutas oferecer conforme grão de maturação
*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.
Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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 IVO SILVEIRA					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 10 a 15 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JULHO DE 2025					
Primeira semana	**2ª FEIRA (30/06)**	**3ª FEIRA (01/07)**	**4ª FEIRA (02/07)**	**5ª FEIRA (03/07)**	**6ª FEIRA (04/07)**
REFEIÇÃO I	Bolo salgado Integral Leite com café* ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, ora-pro-nóbis, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango ½ Fruta**	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijão preto Arroz Tilápia Assada Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**	Risoto de moela, arroz integral com açafrão Batata inglesa assada e temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida ½ Fruta**
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Lasanha a bolonhesa Salada: Alface e beterraba ralada Bergamota	Feijão Preto Arroz Nhoque com molho de carne moída Salada: Alface e beterraba ralada Laranja	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado Purê de batata Salada: Repolho e vagem cozida Bergamota		
REFEIÇÃO II	Bolo Salgado Integral Chá de ervas frescas ½ Fruta**	Wafler de polvilho Café com leite* ½ Fruta**	Sanduiche natural (pão fatiado integral, patê de homus de grão de bico, cenoura, tomate, frango desfiado, alface) Suco de uva ½ Fruta**		
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Bergamota e Manga	Laranja e Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		369,43kcal	54g	13g	9g
			58%	14%	22%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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 IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 10 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

JULHO DE 2025

Segunda Semana	2ª FEIRA (07/07)	3ª FEIRA (08/07)	4ª FEIRA (09/07)	5ª FEIRA (10/07)	6ª FEIRA (11/07)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Vagem cozida e beterraba ralada ½ Fruta**	Arroz Entreveiro de carnes (peito de frango, cubos suínos, cubos bovinos), cebola, pimentão, tomate e tempero verde Legumes refogados: brócolis, vagem, cenoura Salada: Alface e repolho ½ Fruta**	Canjiquinha com carne suína Batata doce assada temperada com alecrim, açafrão, colorau, orégano. Salada: Alface, repolho ralado e chuchu cozido ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Batata doce assada com ervas Salada: Chuchu cozido e repolho Laranja	Feijão vermelho Arroz com açafrão Panqueca de carne de frango Salada: Alface, brócolis cozido e rabanete fatiado Bergamota	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface e vagem cozida Bergamota		
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Mini pizza com carne moída, tomate e orégano Chá de ervas frescas ½ Fruta**	Esfira de frango Chá de casca de abacaxi ½ Fruta**	Bolinho de beterraba e frango Chá de casca de abacaxi ½ Fruta***		
Fruta da semana	Chá de folha de laranja	Abacaxi e Mamão	Bergamota e Banana	Laranja e Manga	Melão e Melancia

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET
	386,08kcal	61g	17g	7g
		64%	18%	25%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Alessandra N. 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 IVO SILVEIRA					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 10 a 15 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JULHO DE 2025					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (14/07)**	**3ª FEIRA (15/07)**	**4ª FEIRA (16/07)**	**5ª FEIRA (17/07)**	**6ª FEIRA (18/07)**
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Macarrão Integral à bolonhesa Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Vaca atolada com carne bovina em cubos Abobrinha refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompamnhamento: pão torrado ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijoada (carne suína e carne bovina) Arroz com açafrão Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Arroz com açafrão Escondidinho de carne moída Couve e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete fatiado Laranja	Feijão Preto Arroz Lasanha com carne moída Salada: Alface, beterraba e repolho Bergamota	Feijão vermelho Arroz Frango assado Batata inglesa cozida Salada: Alface e repolho Bergamota		
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Mini pizza com frango, tomate e orégano Leite com cacau ½ Fruta**	Wafler com massa de bolo sem açúcar Suco de uva* ½ Fruta**	Pão de polvilho Café com leite ½ Fruta**		
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã		
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		379KCAL	59g	17g	12g
			61%	18%	27%

* Preparação sem açúcar
** As frutas oferecer conforme grão de maturação
*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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.
Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 17/06/2025 10:25:51-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Alessandra N. Weber
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 30/06/2025 08:03:05-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br