SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM BELISÁRIO PENA E CONSTRUINDO SONHOS					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
SETEMBRO DE 2025					
Primeira semana	**2ª FEIRA (01/09)**	**3ª FEIRA (02/09)**	**4ª FEIRA (03/09)**	**5ª FEIRA (05/09)**	**6ª FEIRA (06/09)**
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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, beterraba cozida e cenoura cozida ½ Fruta**	Bolo Salgado Integral com frango e legumes Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta**	Feijoada (feijão preto, carne bovina e carne suína em cubos) Arroz com açafrão Farofa de talos e folhas Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete e repolho ½ Fruta**	Risoto de moela com arroz integral Salada: Alface, chuchu e vagem cozida ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Abacaxi	Maçã e Mamão	Melancia e Bergamota	Bergamota e Banana	Laranja 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**
		440,40 KCAL	68g	13g	14g
			62%	12%	28%
Segunda Semana	**2ª FEIRA (08/09)**	**3ª FEIRA (09/08)**	**4ª FEIRA (10/09)**	**5ª FEIRA (11/09)**	**6ª FEIRA (12/09)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Alface, vagem cozida e beterraba cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês integral com carne moída, queijo, alface, cenoura e tomate Leite com café* ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de talos e folhas Salada: Alface, repolho e cenoura ralada ½ Fruta**	Bolo de abóbora Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta** Preparação doce do mês	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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Abacaxi	Melão e Laranja	Bergamota e Banana	Mamão e Maçã	Manga 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 CONSTRUINDO SONHOS					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
SETEMBRO DE 2025					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (15/09)**	**3ª FEIRA (16/09)**	**4ª FEIRA (17/09)**	**5ª FEIRA (18/09)**	**6ª FEIRA (19/09)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Vaca atolada (aipim + carne bovina em cubos) Salada: Alface, beterraba ralada, e brócolis cozido ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Carne bovina em molho Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com entreveiro de carnes (carne suína, bovina e frango), alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Arroz carreteiro (arroz+ carne de gado em cubos) Salada: Alface, pepino fatiado e beterraba cozida ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã	Manga e Mamão	Banana 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**
		455,86KCAL	70g	15g	14g
			61%	14%	27%
Quarta Semana	**2ª FEIRA (22/09)**	**3ª FEIRA (23/09)**	**4ª FEIRA (24/09)**	**5ª FEIRA (25/09)**	**6ª FEIRA (26/09)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Frango Assado Batata inglesa cozida com ervas Saladas: Repolho bicolor e alface ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho Salada: Alface, repolho e beterraba ralada ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Aipim cozido Carne suína refogada Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, mandioca, ervilha, milho, couve-flor, brócolis, vagem, batata) Salada: Alface e repolho ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Maçã	Melancia e Laranja	Bergamota e Laranja	Bergamota e Banana	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**
		459,04KCAL	68g	16g	15g
			59%	14%	29%

* 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 CONSTRUINDO SONHOS					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
SETEMBRO DE 2025					
Quinta Semana	**2ª FEIRA (29/09)**	**3ª FEIRA (30/09)**	**4ª FEIRA (01/10)**	**5ª FEIRA (02/10)**	**6ª FEIRA (03/10)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída suína, alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Tilápia assada Abobora cabotiá refogada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Risoto de arroz integral de frango Salada: Alface, vagem e beterraba cozida ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã	Manga e Mamão	Banana 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**
		455,86KCAL	70g	15g	14g
			61%	14%	27%

* 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

gov.br
Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 20/08/2025 09:30:12-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

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

SETEMBRO DE 2025

Primeira semana	2ª FEIRA (01/09)	3ª FEIRA (02/09)	4ª FEIRA (03/09)	5ª FEIRA (05/09)	6ª FEIRA (06/09)
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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, beterraba cozida e cenoura cozida ½ Fruta**	Bolo Salgado Integral com frango e legumes Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta**	Feijoada (feijão preto, carne bovina e carne suína em cubos) Arroz com açafrão Farofa de talos e folhas Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete e repolho ½ Fruta**	Risoto de moela com arroz integral Salada: Alface, chuchu e vagem cozida ½ Fruta**
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Frango em molho Aipim cozido Salada: brócolis e beterraba ralada	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado empanado Purê de batata Salada: Alface e vagem cozida	Feijão Carioca Arroz Batata cozida Carne moída em molho Salada: Alface, repolho e beterraba cozida		
REFEIÇÃO II	Bolo Salgado Integral com frango e legumes Suco de uva (se frio aquecer) 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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**	Risoto de moela com arroz integral Salada: Alface, chuchu e vagem cozida ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, beterraba cozida e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijoada (feijão preto, carne bovina e carne suína em cubos) Arroz com açafrão Farofa de talos e folhas Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete e repolho ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Abacaxi	Maçã e Mamão	Melancia e Bergamota	Bergamota e Banana	Laranja 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
	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

SETEMBRO DE 2025

Segunda Semana	2ª FEIRA (08/09)	3ª FEIRA (09/08)	4ª FEIRA (10/09)	5ª FEIRA (11/09)	6ª FEIRA (12/09)
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Alface, vagem cozida e beterraba cozida ½ Fruta**	Bolo de Abóboral* Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta** Preparação doce do mês	Sanduíche de pão francês integral com carne moída, queijo, alface, cenoura e tomate Leite com café* ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de talos e folhas Salada: Alface, repolho 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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Salada: Chuchu cozido e repolho	Feijão Preto Arroz Almôndegas em molho Aipim cozido Salada: Alface, repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Batata doce assada com ervas Salada: Alface e vagem cozida		
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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Alface, vagem cozida e beterraba cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês integral com carne moída, queijo, alface, cenoura e tomate Leite com café* ½ Fruta**	Bolo de Abóboral* Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta** Preparação doce do mês	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de talos e folhas Salada: Alface, repolho e cenoura ralada ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Todas as frutas disponíveis conforme entrega	Bergamota e Banana	Mamão e Manga	Abacaxi 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

SETEMBRO DE 2025

Terceira Semana	2ª FEIRA (15/09)	3ª FEIRA (16/09)	4ª FEIRA (17/09)	5ª FEIRA (18/09)	6ª FEIRA (19/09)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Vaca atolada (aipim + carne bovina em cubos) Salada: Alface, beterraba ralada e brócolis cozido ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com entreveiro de carnes (carne suína, bovina e frango), alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz Carne bovina em molho Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Arroz carreteiro (arroz+ carne de gado em cubos) Salada: Alface, pepino fatiado e beterraba cozida ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão carioca Arroz com açafrão Escondidinho de aipim de carne moída Couve e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete fatiado	Feijão Preto Arroz Lasanha de frango Salada: Alface, beterraba e repolho ralados	Feijão vermelho Arroz com açafrão Frango assado Aipim cozido Salada: Alface e repolho		
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Feijão Vermelho Arroz Carne bovina em molho Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com entreveiro de carnes (carne suína, bovina e frango), alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Vaca atolada (aipim + carne bovina em cubos) Salada: Alface, beterraba ralada e brócolis cozido ½ Fruta**	Vaca atolada (aipim + carne bovina em cubos) Salada: Alface, beterraba ralada e brócolis cozido ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã	Manga e Mamão	Banana 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.

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

SETEMBRO DE 2025

Quarta Semana	2ª FEIRA (22/09)	3ª FEIRA (23/09)	4ª FEIRA (24/09)	5ª FEIRA (25/09)	6ª FEIRA (26/09)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Frango Assado Batata inglesa cozida com ervas Saladas: Repolho bicolor e alface ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho Batata doce com ervas Salada: Alface, repolho e beterraba ralada ½ Fruta**	Aipim cozido Carne suína refogada Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, mandioca, ervilha, milho, couve-flor, brócolis, vagem, batata) Salada: Alface e repolho ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão preto Arroz Panqueca de carne moída Salada: cenoura cozida, vagem cozida	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Aipim cozido Salada: Alface, Repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Filé de peito de frango na frigideira Abóbora refogada Salada: Alface e vagem cozida Salada: Repolho e beterraba cozida		
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Quirerinha com costelinha suína Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Aipim cozido Carne suína refogada Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, mandioca, ervilha, milho, couve-flor, brócolis, vagem, batata) Salada: Alface e repolho ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Frango Assado Batata inglesa cozida com ervas Saladas: Repolho bicolor e alface ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho Batata doce com ervas Salada: Alface, repolho e beterraba ralada ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Maçã	Melancia e Laranja	Bergamota e Laranja	Bergamota e Banana	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
	403,96KCAL	62g	18g	11g
		62%	18%	24%

* 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

SETEMBRO DE 2025

Quinta Semana	2ª FEIRA (29/09)	3ª FEIRA (30/09)	4ª FEIRA (01/10)	5ª FEIRA (02/10)	6ª FEIRA (03/10)
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída suína, alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Tilápia assada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Risoto de arroz integral de frango Salada: Alface, vagem e beterraba cozida ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Batata doce assada com ervas Salada: Chuchu cozido e repolho	Feijão Preto Arroz Almôndegas em molho Salada: Alface, repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado com batata Couve folha refogada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado		
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Risoto de arroz integral de frango Salada: Alface, vagem e beterraba cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída suína, alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Tilápia assada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã		Bergamota e Banana	Mamão e Manga	Abacaxi 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.

Documento assinado digitalmente

gov.br

ALESSANDRA NELSI WEBER

Data: 20/08/2025 09:28:26-0300

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

SETEMBRO DE 2025

Primeira semana	2ª FEIRA (01/09)	3ª FEIRA (02/09)	4ª FEIRA (03/09)	5ª FEIRA (05/09)	6ª FEIRA (06/09)
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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, beterraba cozida e cenoura cozida ½ Fruta**	Bolo Salgado Integral frango e legumes Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta**	Feijoada (feijão preto, carne bovina e carne suína em cubos) Arroz com açafrão Farofa de talos e folhas Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete e repolho ½ Fruta**	Risoto de moela com arroz integral Salada: Alface, chuchu e vagem cozida ½ Fruta**
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Frango em molho Aipim cozido Salada: brócolis e beterraba ralada	Feijão Preto Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: Alface e beterraba ralada	Feijão Carioca Arroz Batata cozida Carne moída em molho Salada: Alface, repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado empanado Purê de batata Salada: Alface e vagem cozida	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Farofa de talos Salada: Alface, repolho e beterraba cozida
REFEIÇÃO II	Bolo Salgado Integral frango e legumes Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta**	Feijoada (feijão preto, carne bovina e carne suína em cubos) Arroz com açafrão Farofa de talos e folhas Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete e repolho ½ Fruta**	Risoto de moela com arroz integral Salada: Alface, chuchu e vagem cozida ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, beterraba cozida 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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Abacaxi	Maçã e Mamão	Melancia e Bergamota	Bergamota e Banana	Laranja 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
	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

SETEMBRO DE 2025

Segunda Semana	2ª FEIRA (08/09)	3ª FEIRA (09/08)	4ª FEIRA (10/09)	5ª FEIRA (11/09)	6ª FEIRA (12/09)
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Alface, vagem cozida e beterraba cozida ½ Fruta**	Bolo de abóbora Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta** Preparação doce do mês	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de talos e folhas Salada: Alface, repolho e cenoura ralada ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês integral com carne moída, queijo, alface, cenoura e tomate 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, cenoura, batata, aipim, cabotiá, macarrão e frango Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Salada: Chuchu cozido e repolho	Feijão Preto Arroz Almôndegas em molho Aipim cozido Salada: Alface, repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Batata doce assada com ervas Salada: Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado com batata Couve folha refogada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado	Feijão Preto Arroz com açafrão Panqueca de carne de frango Salada: Alface, brócolis cozido e rabanete fatiado
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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Alface, vagem cozida e beterraba cozida ½ Fruta**	Bolo de abóbora Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta** Preparação doce do mês	Sanduíche de pão francês integral com carne moída, queijo, alface, cenoura e tomate Leite com café* ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de talos e folhas Salada: Alface, repolho e cenoura ralada ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Todas as frutas disponíveis conforme entrega	Bergamota e Banana	Mamão e Manga	Abacaxi 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					
SETEMBRO DE 2025					

Terceira Semana	2ª FEIRA (15/09)	3ª FEIRA (16/09)	4ª FEIRA (17/09)	5ª FEIRA (18/09)	6ª FEIRA (19/09)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Vaca atolada (aipim + carne bovina em cubos) Salada: Alface, beterraba ralada e brócolis cozido ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz Carne bovina em molho Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com entreveiro de carnes (carne suína, bovina e frango), alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Arroz carreteiro (arroz+ carne de gado em cubos) Salada: Alface, pepino fatiado e beterraba cozida ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão carioca Arroz com açafrão Escondidinho de aipim de carne moída Couve e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete fatiado	Feijão Preto Arroz Costelinha assada Refogado de legumes Salada: Alface, beterraba e repolho ralados	Feijão vermelho Arroz com açafrão Frango assado Aipim cozido Salada: Alface e repolho	Feijão Preto Arroz Lasanha de frango Salada: Alface, beterraba e repolho ralados	Feijão Preto Arroz Bife de frango acebolado Batata doce assada Salada: Alface e beterraba ralada
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Feijão Vermelho Arroz Carne bovina em molho Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz carreteiro (arroz+ carne de gado em cubos) Salada: Alface, pepino fatiado e beterraba cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com entreveiro de carnes (carne suína, bovina e frango), alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Vaca atolada (aipim + carne bovina em cubos) Salada: Alface, beterraba ralada e brócolis cozido ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã	Manga e Mamão	Banana 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.

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

SETEMBRO DE 2025

Quarta Semana	2ª FEIRA (22/09)	3ª FEIRA (23/09)	4ª FEIRA (24/09)	5ª FEIRA (25/09)	6ª FEIRA (26/09)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Frango Assado Batata inglesa cozida com ervas Saladas: Repolho bicolor e alface ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho Batata doce com ervas Salada: Alface, repolho e beterraba ralada ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Aipim cozido Carne suína refogada Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, mandioca, ervilha, milho, couve-flor, brócolis, vagem, batata) Salada: Alface e repolho ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão preto Arroz Panqueca de carne moída Salada: cenoura cozida, vagem cozida	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Aipim cozido Salada: Alface, Repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado Batata inglesa cozida Salada: Alface e vagem cozida	Lentilha Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada Salada: Alface, cenoura e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Filé de peito de frango na frigideira Abóbora refogada Salada: Alface e vagem cozida Salada: Repolho e beterraba cozida
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Lentilha Arroz Moela em molho Batata doce com ervas Salada: Alface, repolho e beterraba ralada ½ Fruta**	Aipim cozido Carne suína refogada Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, mandioca, ervilha, milho, couve-flor, brócolis, vagem, batata) Salada: Alface e repolho ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Frango Assado Batata inglesa cozida com ervas Saladas: Repolho bicolor e alface ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Maçã	Melancia e Laranja	Bergamota e Laranja	Bergamota e Banana	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**
		403,96KCAL	62g	18g	11g
			62%	18%	24%

* 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

SETEMBRO DE 2025

Quinta Semana	2ª FEIRA (29/09)	3ª FEIRA (30/09)	4ª FEIRA (01/10)	5ª FEIRA (02/10)	6ª FEIRA (03/10)
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída suína, alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Tilápia assada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Risoto de arroz integral de frango Salada: Alface, vagem e beterraba cozida ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Batata doce assada com ervas Salada: Chuchu cozido e repolho	Feijão Preto Arroz Almôndegas em molho Salada: Alface, repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado com batata Couve folha refogada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado	Feijão Preto Arroz com açafrão Panqueca de carne de frango Salada: Alface, brócolis cozido e rabanete fatiado
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Risoto de arroz integral de frango Salada: Alface, vagem e beterraba cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês com carne moída suína, alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Tilápia assada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Maçã		Bergamota e Banana	Mamão e Manga	Abacaxi 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

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 20/08/2025 09:28:26-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

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: 05 a 10 anos					
PERÍODO PARCIAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
SETEMBRO DE 2025					
Primeira semana	**2ª FEIRA (01/09)**	**3ª FEIRA (02/09)**	**4ª FEIRA (03/09)**	**5ª FEIRA (05/09)**	**6ª FEIRA (06/09)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Bolo Salgado Integral com frango e legumes Suco de uva (se frio aquecer) 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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, beterraba cozida e cenoura cozida ½ Fruta**	Feijoada (feijão preto, carne bovina e carne suína em cubos) Arroz com açafrão Farofa de talos e folhas Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete e repolho ½ Fruta**	Risoto de moela com arroz integral Salada: Alface, chuchu e vagem cozida ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Abacaxi	Maçã e Mamão	Melancia e Bergamota	Bergamota e Banana	Laranja 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**
		440,40 KCAL	68g	13g	14g
			62%	12%	28%
Segunda Semana	**2ª FEIRA (08/09)**	**3ª FEIRA (09/08)**	**4ª FEIRA (10/09)**	**5ª FEIRA (11/09)**	**6ª FEIRA (12/09)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Bolo de abóbora* Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta** Preparação doce do mês	Sanduíche de pão francês integral com carne moída, queijo, alface, cenoura e tomate Leite com café* ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de talos e folhas Salada: Alface, repolho e cenoura ralada ½ Fruta**	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Alface, vagem cozida e beterraba 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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**
Fruta da semana	Laranja e Abacaxi	Melão e Laranja	Bergamota e Banana	Mamão e Maçã	Manga 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: 05 a 10 anos

PERÍODO PARCIAL

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

SETEMBRO DE 2025

Terceira Semana	2ª FEIRA (15/09)	3ª FEIRA (16/09)	4ª FEIRA (17/09)	5ª FEIRA (18/09)	6ª FEIRA (19/09)
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Sanduíche de pão francês com entreveiro de carnes (carne suína, bovina e frango), alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Carne bovina em molho Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Vaca atolada (aipim + carne bovina em cubos) Salada: Alface, beterraba ralada, e brócolis cozido ½ Fruta**	Arroz carreteiro (arroz+ carne de gado em cubos) Salada: Alface, pepino fatiado e beterraba cozida ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã	Manga e Mamão	Banana 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**
		455,86KCAL	70g	15g	14g
			61%	14%	27%

Quarta Semana	2ª FEIRA (22/09)	3ª FEIRA (23/09)	4ª FEIRA (24/09)	5ª FEIRA (25/09)	6ª FEIRA (26/09)
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Frango Assado Batata inglesa cozida com ervas Saladas: Repolho bicolor e alface ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho Salada: Alface, repolho e beterraba ralada ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Aipim cozido Carne suína refogada Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, mandioca, ervilha, milho, couve-flor, brócolis, vagem, batata) Salada: Alface e repolho ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Maçã	Melancia e Laranja	Bergamota e Laranja	Bergamota e Banana	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**
		459,04KCAL	68g	16g	15g
			59%	14%	29%

* 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: 05 a 10 anos					
PERÍODO PARCIAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
SETEMBRO DE 2025					
Quinta Semana	**2ª FEIRA (29/09)**	**3ª FEIRA (30/09)**	**4ª FEIRA (01/10)**	**5ª FEIRA (02/10)**	**6ª FEIRA (03/10)**
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Sanduíche de pão francês com carne moída suína, alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Tilápia assada Abobora cabotiá refogada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Risoto de arroz integral de frango Salada: Alface, vagem e beterraba cozida ½ Fruta**
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã	Manga e Mamão	Banana 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**
		455,86KCAL	70g	15g	14g
			61%	14%	27%

* 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

gov.br
Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 20/08/2025 09:30:12-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM ERNESTO HACHMANN

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 11 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

SETEMBRO DE 2025

Primeira semana	2ª FEIRA (01/09)	3ª FEIRA (02/09)	4ª FEIRA (03/09)	5ª FEIRA (05/09)	6ª FEIRA (06/09)
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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, beterraba cozida e cenoura cozida ½ Fruta**	Bolo Salgado Integral com frango e legumes Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta**	Risoto de moela com arroz integral Salada: Alface, chuchu e vagem cozida ½ Fruta**	Feijoada (feijão preto, carne bovina e carne suína em cubos) Arroz com açafrão Farofa de talos e folhas Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete e repolho ½ Fruta**
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Frango em molho Aipim cozido Salada: brócolis e beterraba ralada	Feijão Preto Arroz Tortéi com carne moída em molho Salada: Alface e beterraba ralada	Feijão Carioca Arroz Batata cozida Carne moída em molho Salada: Alface, repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado empanado Purê de batata Salada: Alface e vagem cozida	
REFEIÇÃO II	Esfira de carne moída Café com Leite ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Bolo de tomate com frango Chá com ervas ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Wafle com massa de bolo salgado Suco ou Chá de casca de abacaxi Preparação sem açúcar adicionado	Pão de polvilho Suco de uva (se frio, aquecer) Preparação sem açúcar adicionado	
Fruta da semana	Laranja e Abacaxi	Maçã e Mamão	Melancia e Bergamota	Bergamota e Banana	Laranja 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**
		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 ENSINO FUNDAMENTAL - EM ERNESTO HACHMANN

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 11 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

SETEMBRO DE 2025

Segunda Semana	2ª FEIRA (08/09)	3ª FEIRA (09/08)	4ª FEIRA (10/09)	5ª FEIRA (11/09)	6ª FEIRA (12/09)
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Alface, vagem cozida e beterraba cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês integral com carne moída, queijo, alface, cenoura e tomate Leite com café* ½ Fruta**	Bolo de banana com farinha integral* Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta** Preparação doce do mês	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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de talos e folhas Salada: Alface, repolho e cenoura ralada ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Salada: Chuchu cozido e repolho	Feijão Preto Arroz Almôndegas em molho Aipim cozido Salada: Alface, repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Batata doce assada com ervas Salada: Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado com batata Couve folha refogada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado	
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Bolo de banana e frutas secas Leite com cacau ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Torrada de pão francês , com frango desfiado em molho e queijo Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Sanduíche natural (pão de forma integral, alface, tomate, cenoura e frango desfiado) Café com leite ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Rosquinha de Polvilho Salada de fruta Preparação sem açúcar adicionado	
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Laranja e melão	Bergamota e Banana	Mamão e Manga	Abacaxi 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 ENSINO FUNDAMENTAL - EM ERNESTO HACHMANN ZONA RURAL FAIXA ETÁRIA: 06 a 11 anos PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais SETEMBRO DE 2025					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (15/09)**	**3ª FEIRA (16/09)**	**4ª FEIRA (17/09)**	**5ª FEIRA (18/09)**	**6ª FEIRA (19/09)**
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Sanduíche de pão francês com entreveiro de carnes (carne suína, bovina e frango), alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Carne bovina em molho Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Vaca atolada (aipim + carne bovina em cubos) Salada: Alface, beterraba ralada, e brócolis cozido ½ Fruta**	Arroz carreteiro (arroz+ carne de gado em cubos) Salada: Alface, pepino fatiado e beterraba cozida ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão carioca Arroz com açafrão Escondidinho de aipim de carne moída Couve e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete fatiado	Feijão Preto Arroz Bife de frango acebolado Batata doce assada Salada: Alface e beterraba ralada	Feijão vermelho Arroz com açafrão Frango assado Aipim cozido Salada: Alface e repolho	Feijão Preto Arroz Lasanha de frango Salada: Alface, beterraba e repolho ralados	
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Torrada de pão francês , com frango desfiado em molho, queijo e orégano Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Mini pizza de carne moída, tomate e orégano Leite com café ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Sanduíche natural (pão de forma integral, alface, tomate, cenoura e frango desfiado) Café com leite ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Wafler de polvilho Chá de ervas ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã	Manga e Mamão	Banana 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.

Alessandra N. 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

FAIXA ETÁRIA: 06 a 11 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

SETEMBRO DE 2025

Quarta Semana	2ª FEIRA (22/09)	3ª FEIRA (23/09)	4ª FEIRA (24/09)	5ª FEIRA (25/09)	6ª FEIRA (26/09)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Frango Assado Batata inglesa cozida com ervas Saladas: Repolho bicolor e alface ½ Fruta**	Aipim cozido Carne suína refogada Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, mandioca, ervilha, milho, couve-flor, brócolis, vagem, batata) Salada: Alface e repolho ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho Batata doce com ervas Salada: Alface, repolho e beterraba ralada ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão preto Arroz Panqueca de carne moída Salada: cenoura cozida, vagem cozida	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Aipim cozido Salada: Alface, Repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado Batata inglesa cozida Salada: Alface e vagem cozida	Lentilha Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada Salada: Alface, cenoura e beterraba cozida	
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Esfira de frango Café com Leite ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Pastel Assado Suco de uva ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Bolo salgado Suco ou Chá de casca de abacaxi ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Bolo de banana e frutas secas Leite com cacau ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	
Fruta da semana	Melão e Maçã	Melancia e Laranja	Bergamota e Laranja	Bergamota e Banana	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
	403,96KCAL	62g	18g	11g
		62%	18%	24%

* 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 ENSINO FUNDAMENTAL - EM ERNESTO HACHMANN

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 11 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

SETEMBRO DE 2025

Quinta Semana	2ª FEIRA (29/09)	3ª FEIRA (30/09)	4ª FEIRA (01/10)	5ª FEIRA (02/10)	6ª FEIRA (03/10)
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Sanduíche de pão francês com carne moída suína, alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Risoto de arroz integral de frango Salada: Alface, vagem e beterraba cozida ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Tilápia assada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Batata doce assada com ervas Salada: Chuchu cozido e repolho	Feijão Preto Arroz Almôndegas em molho Salada: Alface, repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado com batata Couve folha refogada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado	
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Mini pizza de carne moída, tomate e orégano Leite com café ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Pão francês torrado com carne moída moída e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Pão de polvilho Suco de uva (se frio, aquecer) Preparação sem açúcar adicionado	Wafle com massa de bolo de banana e frutas secas Chá de ervas ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Melão e Maçã	Bergamota e Banana	Mamão e Manga	Abacaxi 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

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 20/08/2025 09:28:26-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 11 A 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

SETEMBRO DE 2025

Primeira semana	2ª FEIRA (01/09)	3ª FEIRA (02/09)	4ª FEIRA (03/09)	5ª FEIRA (05/09)	6ª FEIRA (06/09)
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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, beterraba cozida e cenoura cozida ½ Fruta**	Bolo Salgado Integral com frango e legumes Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta**	Risoto de moela com arroz integral Salada: Alface, chuchu e vagem cozida ½ Fruta**	Feijoada (feijão preto, carne bovina e carne suína em cubos) Arroz com açafrão Farofa de talos e folhas Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete e repolho ½ Fruta**
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Frango em molho Aipim cozido Salada: brócolis e beterraba ralada	Feijão Preto Arroz Tortéi com carne moída em molho Salada: Alface e beterraba ralada	Feijão Carioca Arroz Batata cozida Carne moída em molho Salada: Alface, repolho e beterraba cozida		
REFEIÇÃO II	Esfira de carne moída Café com Leite ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Bolo de tomate com frango Chá com ervas ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Wafle com massa de bolo salgado Suco ou Chá de casca de abacaxi Preparação sem açúcar adicionado		
Fruta da semana	Laranja e Abacaxi	Maçã e Mamão	Melancia e Bergamota	Bergamota e Banana	Laranja 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
	369,43kcal	54g	13g	9g
		58%	14%	22%

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 20/08/2025 09:28:26-0300
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 ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 11 A 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

SETEMBRO DE 2025

Segunda Semana	2ª FEIRA (08/09)	3ª FEIRA (09/08)	4ª FEIRA (10/09)	5ª FEIRA (11/09)	6ª FEIRA (12/09)
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Macarrão com molho de carne suína moída (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Alface, vagem cozida e beterraba cozida ½ Fruta**	Sanduíche de pão francês integral com carne moída, queijo, alface, cenoura e tomate Leite com café* ½ Fruta**	Bolo de Abóbora* Suco de uva (se frio aquecer) ½ Fruta** Preparação doce do mês	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 Acompanhamento: Pão torrado ½ Fruta**	Feijão vermelho Arroz com açafrão Fígado acebolado Farofa de talos e folhas Salada: Alface, repolho e cenoura ralada ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Salada: Chuchu cozido e repolho	Feijão Preto Arroz Almôndegas em molho Aipim cozido Salada: Alface, repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado com batata Couve folha refogada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado		
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Bolo de banana e frutas secas Leite com cacau ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Rosquinha de Polvilho Salada de fruta Preparação sem açúcar adicionado	Sanduíche natural (pão de forma integral, alface, tomate, cenoura e frango desfiado) Café com leite ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado		
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Laranja e melão	Bergamota e Banana	Mamão e Manga	Abacaxi 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 ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 11 A 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

SETEMBRO DE 2025

Terceira Semana	2ª FEIRA (15/09)	3ª FEIRA (16/09)	4ª FEIRA (17/09)	5ª FEIRA (18/09)	6ª FEIRA (19/09)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Sanduíche de pão francês com entreveiro de carnes (carne suína, bovina e frango), alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Vaca atolada (aipim + carne bovina em cubos) Salada: Alface, beterraba ralada, e brócolis cozido ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Carne bovina em molho Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**	Arroz carreteiro (arroz+ carne de gado em cubos) Salada: Alface, pepino fatiado e beterraba cozida ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão carioca Arroz com açafrão Escondidinho de aipim de carne moída Couve e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete fatiado	Feijão Preto Arroz Bife de frango acebolado Batata doce assada Salada: Alface e beterraba ralada	Feijão Preto Arroz Lasanha de frango Salada: Alface, beterraba e repolho ralados		
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Wafler de polvilho Chá de ervas ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Mini pizza de carne moída, tomate e orégano Leite com café ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Sanduíche natural (pão de forma integral, alface, tomate, cenoura e frango desfiado) Café com leite ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado		
Fruta da semana	Melão e Laranja	Tangerina e Melancia	Bergamota e Maçã	Manga e Mamão	Banana 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.

Alessandra N. 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

FAIXA ETÁRIA: 11 A 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

SETEMBRO DE 2025

Quarta Semana	2ª FEIRA (22/09)	3ª FEIRA (23/09)	4ª FEIRA (24/09)	5ª FEIRA (25/09)	6ª FEIRA (26/09)
REFEIÇÃO I 9:20 às 10:05	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Arroz Frango Assado Batata inglesa cozida com ervas Saladas: Repolho bicolor e alface ½ Fruta**	Aipim cozido Carne suína refogada Jardineira de legumes (chuchu, cenoura, mandioca, ervilha, milho, couve-flor, brócolis, vagem, batata) Salada: Alface e repolho ½ Fruta**	Quirerinha com costelinha suína Salada: Alface, repolho e cenoura cozida ½ Fruta**	Lentilha Arroz Moela em molho Batata doce com ervas Salada: Alface, repolho e beterraba ralada ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão preto Arroz Panqueca de carne moída Salada: cenoura cozida, vagem cozida	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Aipim cozido Salada: Alface, Repolho e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado Batata inglesa cozida Salada: Alface e vagem cozida		
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Esfira de frango Café com Leite ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Pastel Assado Suco de uva ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Bolo salgado Suco ou Chá de casca de abacaxi ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado		
Fruta da semana	Melão e Maçã	Melancia e Laranja	Bergamota e Laranja	Bergamota e Banana	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**
		403,96KCAL	62g	18g	11g
			62%	18%	24%

* 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 ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 11 A 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

SETEMBRO DE 2025

Quinta Semana	2ª FEIRA (29/09)	3ª FEIRA (30/09)	4ª FEIRA (01/10)	5ª FEIRA (02/10)	6ª FEIRA (03/10)
REFEIÇÃO I 09 às 10 14:15 às 15:30	Sanduíche de pão francês com carne moída suína, alface, cenoura e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta**	Macarrão Integral à bolonhesa (cozinhar macarrão conforme a demanda) Salada: Repolho, cenoura ralada e chuchu cozido ½ Fruta**	Polenta com frango em molho Salada: Alface, brócolis e chuchu cozido ½ Fruta**	Risoto de arroz integral de frango Salada: Alface, vagem e beterraba cozida ½ Fruta**	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Tilápia assada Salada: Alface, cenoura ralada e pepino fatiado ½ Fruta**
ALMOÇO 11:40 às 12:00	Feijão Preto Arroz Bife Bovino Batata doce assada com ervas Salada: Chuchu cozido e repolho	Feijão Preto Arroz Almôndegas em molho Salada: Alface, repolho e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface e vagem cozida		
REFEIÇÃO II 14:20 às 15:30	Mini pizza de carne moída, tomate e orégano Leite com café ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Pão francês torrado com carne moída moída e tomate Suco de uva (se frio, aquecer) ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado	Wafle com massa de bolo de banana e frutas secas Chá de ervas ½ Fruta** Preparação sem açúcar adicionado		
Fruta da semana	Laranja e Maçã	Melão e Maçã	Bergamota e Banana	Mamão e Manga	Abacaxi 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

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 29/08/2025 16:00:58-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br