SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MARÇO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (02/03)**	**3ª FEIRA (03/03)**	**4ª FEIRA (04/03)**	**5ª FEIRA (05/03)**	**6ª FEIRA (06/03)**
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Filé de frango em molho Salada: Repolho e beterraba cozida Frutas	Risoto de arroz integral com açafrão Salada: Chuchu cozido e repolho cozido Frutas	Feijão preto Arroz integral Cubos suínos refogados Farofa de ora-pro-nóbis Salada: pepino fatiado e Alface Frutas	Vaca atolada (aipim com carne bovina) Salada: Alface, vagem cozida e rabanete fatiado Frutas	Bolo salgado integral Leite com cacau* Frutas
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**
		369,43 KCAL	54g	13g	9g
			58%	14%	22%
Segunda Semana	**2ª FEIRA (09/03)**	**3ª FEIRA (10/03)**	**4ª FEIRA (11/03)**	**5ª FEIRA (12/03)**	**6ª FEIRA (13/03)**
REFEIÇÃO I	Macarrão com molho carne moída Salada: Vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Risoto de moela Batata doce assada com temperos naturais Salada: repolho ralado e couve flor cozida Frutas	Sanduiche de pão francês integral, cenoura, alface, tomate, e frango desfiado Suco de uva* Frutas	Feijão Carioca Arroz com couve-folha Carne suína acebolado Salada: Alface, chuchu cozido e cenoura ralada Frutas	Bolo Salgado de legumes Leite com cacau* Frutas
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**
		270KCAL	41g	10g	7g
			60%	15%	25%

* Preparação sem açúcar

** Oferecer 2 variedades de frutas 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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MARÇO DE 2026					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (16/03)**	**3ª FEIRA (17/03)**	**4ª FEIRA (18/03)**	**5ª FEIRA (19/03)**	**6ª FEIRA (20/03)**
REFEIÇÃO I	Macarrão com molho de carne suína moída Salada: Repolho cozido e beterraba ralada Frutas	Feijão preto Arroz integral Fígado acebolado Salada: rabanete e cenoura ralada Frutas	Sanduiche de pão francês com carne moída e alface Suco de uva* Frutas	Lasanha a bolonhesa Salada: Alface e repolho	Bolo de abóbora cabotiá Leite com cacau* Frutas **Preparação doce do mês**
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%
Quarta Semana	**2ª FEIRA (23/03)**	**3ª FEIRA (24/03)**	**4ª FEIRA (25/03)**	**5ª FEIRA (26/03)**	**6ª FEIRA (27/03)**
REFEIÇÃO I	Macarrão integral ao molho de carne moída suína Salada: beterraba ralada e chuchu cozido Frutas	Polenta cremosa Sobrecoxa em molho Salada: repolho ralado e cenoura cozida Frutas	Feijoada (feijão preto, carne suína, carne bovina) Arroz Farofa de ora-pro-nóbis Couve folha refogada Salada: Alface Frutas	Carreteiro Refogado de legumes: cenoura, vagem, brócolis, couve flor e chuchu Salada: Alface Frutas	Lentilha Arroz integral Ovo cozido Salada: pepino fatiado e couve flor cozida Frutas
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

** Oferecer 2 variedades de frutas 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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MARÇO DE 2026					
Quinta Semana	**2ª FEIRA (30/03)**	**3ª FEIRA (31/03)**	**4ª FEIRA (01/04)**	**5ª FEIRA (02/04)**	**6ª FEIRA (03/04)**
REFEIÇÃO I	Risoto de arroz integral de frango Salada: Repolho e chuchu cozido Frutas	Canjiquinha com carne suína em cubos Couve folha refogada Salada: beterraba cozida e couve flor Frutas	Arroz com açafrão Sobrecoxa assada Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface e cenoura ralada Frutas	Feijão preto Arroz com açafrão Filé de tilápia assado Salada: Alface e rabanete fatiado Frutas	**Sexta-Feira Santa**
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**
		274 KCAL	36g	11g	9g
			56%	15%	28%

* Preparação sem açúcar

** Oferecer 2 variedades de frutas 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
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 18/02/2026 14:52:11-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MARÇO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (02/03)**	**3ª FEIRA (03/03)**	**4ª FEIRA (04/03)**	**5ª FEIRA (05/03)**	**6ª FEIRA (06/03)**
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Filé de frango em molho Salada: Repolho e beterraba cozida Frutas	Vaca atolada (aipim com carne bovina) Salada: vagem cozida e rabanete fatiado Frutas	Risoto de arroz integral com açafrão Salada: Chuchu cozido e alface Frutas	Feijão preto Arroz integral Cubos suínos refogados Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface, pepino fatiado e cenoura ralada Frutas	Bolo salgado integral Leite com cacau* Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão carioca Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: Beterraba ralada, vagem cozida Fruta	Feijão Vermelho Arroz Carne suína na panela Farofa de talos e folhas Salada: Alface, repolho Fruta	Feijão Preto Arroz Panqueca de carne moída Salada: alface Cenoura cozida Fruta		
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Risoto de arroz integral com açafrão Salada: Chuchu cozido e alface Frutas	Vaca atolada (aipim com carne bovina) Salada: vagem cozida e rabanete fatiado Frutas	Polenta cremosa Filé de frango em molho Salada: Repolho e beterraba cozida Frutas	Feijão preto Arroz integral Cubos suínos refogados Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface, pepino fatiado e cenoura ralada Frutas	Bolo salgado integral Leite com cacau* Frutas
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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MARÇO DE 2026					
Segunda Semana	**2ª FEIRA (09/03)**	**3ª FEIRA (10/03)**	**4ª FEIRA (11/03)**	**5ª FEIRA (12/03)**	**6ª FEIRA (13/03)**
REFEIÇÃO I	Risoto de moela Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, repolho ralado e couve flor cozida Frutas	Macarrão com molho carne moída Salada: Vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Sanduiche de pão francês integral, cenoura, tomate, e frango desfiado Suco de uva* Frutas	Feijão Carioca Arroz com couve-folha Carne suína acebolado Salada: chuchu cozido e cenoura ralada Frutas	Bolo Salgado de legumes Leite com cacau* Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão preto Arroz Lasanha a bolonhesa Salada: Vagem e beterraba cozida Fruta	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: repolho e cenoura ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Batata doce assada com alecrim Bife de gado acebolado Salada: Alface, pepino fatiado Fruta		
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Macarrão com molho carne moída Salada: Vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Risoto de moela Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, repolho ralado e couve flor cozida Frutas	Sanduiche de pão francês integral, cenoura, tomate, e frango desfiado Suco de uva* Frutas	Feijão Carioca Arroz com couve-folha Carne suína acebolado Salada: chuchu cozido e cenoura ralada Frutas	Bolo Salgado de legumes Leite com cacau* Frutas
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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MARÇO DE 2026					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (16/03)**	**3ª FEIRA (17/03)**	**4ª FEIRA (18/03)**	**5ª FEIRA (19/03)**	**6ª FEIRA (20/03)**
REFEIÇÃO I	Macarrão com molho de carne suína moída Salada: Repolho cozido e beterraba ralada Frutas	Feijão preto Arroz integral Fígado acebolado Salada: Alface, rabanete e cenoura ralada Frutas	Sanduiche de pão francês com carne moída e alface Suco de uva* Frutas	Lasanha a bolonhesa Salada: Alface e repolho	Bolo de abóbora cabotiá Leite com cacau* Frutas **Preparação doce do mês**
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Frango assado à milanesa Batata inglesa cozida Salada: Rabanete e beterraba cozida Fruta	Feijão Preto Arroz Farofa de ora-pro-nóbis Carne suína acebolada Salada: Alface e pepino ralado Fruta		
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Feijão preto Arroz integral Fígado acebolado Salada: Alface, rabanete e cenoura ralada Frutas	Macarrão com molho de carne suína moída Salada: Repolho cozido e beterraba ralada Frutas	Sanduiche de pão francês com carne moída e alface Suco de uva* Frutas	Lasanha a bolonhesa Salada: Alface e repolho	Bolo de abóbora cabotiá Leite com cacau* Frutas Preparação doce do mês
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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

MARÇO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (23/03)	3ª FEIRA (24/03)	4ª FEIRA (25/03)	5ª FEIRA (26/03)	6ª FEIRA (27/03)
REFEIÇÃO I	Macarrão integral ao molho de carne moída suína Salada: beterraba ralada e chuchu cozido Frutas	Polenta cremosa Sobrecoxa em molho Salada: repolho ralado e cenoura cozida Frutas	Carreteiro Refogado de legumes: cenoura, vagem, brócolis, couve flor e chuchu Salada: Repolho Frutas	Feijoada (feijão preto, carne suína, carne bovina) Arroz Farofa de ora-pro-nóbis Couve folha refogada Salada: Alface Frutas	Lentilha Arroz integral Ovo cozido Salada: alface e couve flor cozida Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão Preto Arroz Bife de frango acebolado Aipím cozido Salada: Rabanete e pepino ralado Fruta	Feijão carioca Arroz Panqueca de carne moída suína Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Frango assado Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: pepino, repolho e alface Fruta		
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Polenta cremosa Sobrecoxa em molho Salada: repolho ralado e cenoura cozida Frutas	Carreteiro Refogado de legumes: cenoura, vagem, brócolis, couve flor e chuchu Salada: Repolho Frutas	Macarrão integral ao molho de carne moída suína Salada: beterraba ralada e chuchu cozido Frutas	Feijoada (feijão preto, carne suína, carne bovina) Arroz Farofa de ora-pro-nóbis Couve folha refogada Salada: Alface Frutas	Lentilha Arroz integral Ovo cozido Salada: alface e couve flor cozida Frutas

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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MARÇO E ABRIL DE 2026					
Quinta Semana	**2ª FEIRA (30/03)**	**3ª FEIRA (31/03)**	**4ª FEIRA (01/04)**	**5ª FEIRA (02/04)**	**6ª FEIRA (03/04)**
REFEIÇÃO I	Risoto de arroz integral de frango Salada: Repolho e chuchu cozido Frutas	Canjiquinha com carne suína em cubos Couve folha refogada Salada: beterraba cozida e couve flor Frutas	Arroz com açafrão Sobrecoxa assada Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface e cenoura ralada Frutas	Feijão preto Arroz com açafrão Filé de tilápia assado Salada: Alface, rabanete fatiado e repolho Frutas	**Sexta-Feira Santa**
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão Preto Arroz Escondidinho de aipim com frango Salada: Rabanete e pepino ralado Fruta	Feijão carioca Arroz Frango em molho Batata inglesa cozida Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Costelinha suína assada Farofa de abóbora Salada: Repolho e alface Fruta		
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Canjiquinha com carne suína em cubos Couve folha refogada Salada: beterraba cozida e couve flor Frutas	Arroz com açafrão Sobrecoxa assada Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface e cenoura ralada Frutas	Risoto de arroz integral de frango Salada: Repolho e chuchu cozido Frutas	Feijão preto Arroz com açafrão Filé de tilápia assado Salada: Alface, rabanete fatiado e repolho Frutas	
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 CRN10 3469
Responsável Técnica

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 23/02/2026 16:36:32-0300
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: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MARÇO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (02/03)**	**3ª FEIRA (03/03)**	**4ª FEIRA (04/03)**	**5ª FEIRA (05/03)**	**6ª FEIRA (06/03)**
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Filé de frango em molho Salada: Repolho e beterraba cozida Frutas	Feijão preto Arroz integral Cubos suínos refogados Farofa de ora-pro-nóbis Salada: pepino fatiado e cenoura ralada Frutas	Risoto de arroz integral com açafrão Salada: Chuchu cozido e alface Frutas	Vaca atolada (aipim com carne bovina) Salada: Alface, vagem cozida e rabanete fatiado Frutas	Bolo salgado integral Leite com cacau* Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão carioca Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: Beterraba ralada, vagem cozida Fruta		Feijão Preto Arroz Panqueca de carne moída Salada: alface Cenoura cozida Fruta	Feijão Vermelho Arroz Bife de Frango Acebolado Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface, repolho Fruta	
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Polenta cremosa Filé de frango em molho Salada: Repolho e beterraba cozida Frutas	Risoto de arroz integral com açafrão Salada: Chuchu cozido e alface Frutas	Vaca atolada (aipim com carne bovina) Salada: Alface, vagem cozida e rabanete fatiado Frutas	Feijão preto Arroz integral Cubos suínos refogados Farofa de ora-pro-nóbis Salada: pepino fatiado e cenoura ralada Frutas	Bolo salgado integral Leite com cacau* Frutas
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 CARLOS JAIME DA ROCHA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

MARÇO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (09/03)	3ª FEIRA (10/03)	4ª FEIRA (11/03)	5ª FEIRA (12/03)	6ª FEIRA (13/03)
REFEIÇÃO I	Sanduiche de pão francês integral, cenoura, tomate, e frango desfiado Suco de uva* Frutas	Feijão Carioca Arroz com couve-folha Carne suína acebolado Salada: Alface, chuchu cozido e cenoura ralada Frutas	Macarrão com molho carne moída Salada: Vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Risoto de moela Batata doce assada com temperos naturais Salada: repolho ralado e couve flor cozida Frutas	Bolo Salgado de legumes Leite com cacau* Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão preto Arroz Lasanha a bolonhesa Salada: Vagem e beterraba cozida Fruta		Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface e Cenoura ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Batata doce assada com alecrim Bife de gado acebolado Salada: Alface, pepino fatiado Fruta	
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Sanduiche de pão francês integral, cenoura, tomate, e frango desfiado Suco de uva* Frutas	Feijão Carioca Arroz com couve-folha Carne suína acebolado Salada: Alface, chuchu cozido e cenoura ralada Frutas	Risoto de moela Batata doce assada com temperos naturais Salada: repolho ralado e couve flor cozida Frutas	Macarrão com molho carne moída Salada: Vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Bolo Salgado de legumes Leite com cacau* Frutas

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

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/INTEGRAL

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

MARÇO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (16/03)	3ª FEIRA (17/03)	4ª FEIRA (18/03)	5ª FEIRA (19/03)	6ª FEIRA (20/03)
REFEIÇÃO I	Macarrão com molho de carne suína moída Salada: Repolho cozido e beterraba ralada Frutas	Sanduiche de pão francês com carne moída e alface Suco de uva* Frutas	Feijão preto Arroz integral Fígado acebolado Salada: rabanete e cenoura ralada Frutas	Lasanha a bolonhesa Salada: Alface e repolho	Bolo de abóbora cabotiá Leite com cacau* Frutas **Preparação doce do mês**
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta		Feijão vermelho Arroz Frango assado à milanesa Batata inglesa cozida Salada: Alface, Beterraba cozida Fruta	Feijão Preto Arroz Farofa de ora-pro-nóbis Carne suína acebolada Salada: Rabanete e pepino ralado Fruta	
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Feijão preto Arroz integral Fígado acebolado Salada: rabanete e cenoura ralada Frutas	Sanduiche de pão francês com carne moída e alface Suco de uva* Frutas	Lasanha a bolonhesa Salada: Alface e repolho	Macarrão com molho de carne suína moída Salada: Repolho cozido e beterraba ralada Frutas	Bolo de abóbora cabotiá Leite com cacau* Frutas **Preparação doce do mês**

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 CARLOS JAIME DA ROCHA					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MARÇO DE 2026					
Quarta Semana	**2ª FEIRA (23/03)**	**3ª FEIRA (24/03)**	**4ª FEIRA (25/03)**	**5ª FEIRA (26/03)**	**6ª FEIRA (27/03)**
REFEIÇÃO I	Macarrão integral ao molho de carne moída suína Salada: beterraba ralada e chuchu cozido Frutas	Feijoada (feijão preto, carne suína, carne bovina) Arroz Farofa de ora-pro-nóbis Couve folha refogada Salada: Alface Frutas	Polenta cremosa Sobrecoxa em molho Salada: repolho ralado e cenoura cozida Frutas	Carreteiro Refogado de legumes: cenoura, vagem, brócolis, couve flor e chuchu Salada: Alface Frutas	Lentilha Arroz integral Ovo cozido Salada: pepino fatiado e couve flor cozida Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão carioca Arroz Panqueca de carne moída suína Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta		Feijão vermelho Arroz Frango assado Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: Repolho e alface Fruta	Feijão Preto Arroz Bife de frango acebolado Aipím cozido Salada: Rabanete e pepino ralado Fruta	
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Polenta cremosa Sobrecoxa em molho Salada: repolho ralado e cenoura cozida Frutas	Feijoada (feijão preto, carne suína, carne bovina) Arroz Farofa de ora-pro-nóbis Couve folha refogada Salada: Alface Frutas	Carreteiro Refogado de legumes: cenoura, vagem, brócolis, couve flor e chuchu Salada: Alface Frutas	Macarrão integral ao molho de carne moída suína Salada: beterraba ralada e chuchu cozido Frutas	Lentilha Arroz integral Ovo cozido Salada: pepino fatiado e couve flor cozida Frutas
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 CARLOS JAIME DA ROCHA					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MARÇO E ABRIL DE 2026					
Quinta Semana	**2ª FEIRA (30/03)**	**3ª FEIRA (31/03)**	**4ª FEIRA (01/04)**	**5ª FEIRA (02/04)**	**6ª FEIRA (03/04)**
REFEIÇÃO I	Risoto de arroz integral de frango Salada: Repolho e chuchu cozido Frutas	Canjiquinha com carne suína em cubos Couve folha refogada Salada: beterraba cozida e couve flor Frutas	Arroz com açafrão Sobrecoxa assada Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface e cenoura ralada Frutas	Feijão preto Arroz com açafrão Filé de tilápia assado Salada: Rabanete fatiado e repolho Frutas	**Sexta-Feira Santa**
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão carioca Arroz Frango em molho Batata inglesa cozida Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta		Feijão vermelho Arroz Costelinha suína assada Farofa de abóbora Salada: Repolho e alface Fruta	Feijão Preto Arroz Escondidinho de aipim com frango Salada: Rabanete e pepino ralado Fruta	
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Canjiquinha com carne suína em cubos Couve folha refogada Salada: beterraba cozida e couve flor Frutas	Arroz com açafrão Sobrecoxa assada Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface e cenoura ralada Frutas	Risoto de arroz integral de frango Salada: Repolho e chuchu cozido Frutas	Feijão preto Arroz com açafrão Filé de tilápia assado Salada: Rabanete fatiado e repolho Frutas	
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

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 18/02/2026 15:37:12-0300
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: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (02/03)	3ª FEIRA (03/03)	4ª FEIRA (04/03)	5ª FEIRA (05/03)	6ª FEIRA (06/03)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Filé de frango em molho Salada: Repolho e beterraba cozida Frutas	Vaca atolada (aipim com carne bovina) Salada: vagem cozida e rabanete fatiado Frutas	Risoto de arroz integral com açafrão Salada: Chuchu cozido e alface Frutas	Feijão preto Arroz integral Cubos suínos refogados Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface, pepino fatiado e cenoura ralada Frutas	Bolo salgado integral Leite com cacau* Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão carioca Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: Beterraba ralada, vagem cozida Fruta	Feijão Preto Arroz Panqueca de carne moída Salada: Rabanete, e cenoura cozida Fruta	Feijão Vermelho Arroz Bife de Frango Acebolado Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface, repolho Fruta		
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Mini pizza de carne moída e tomate Suco de uva ½ Fruta**	Wafler de polvilho Leite com cacau* ½ Fruta**	Bolo de banana com aveia* Chá de gelado frutas/ervas frescas* ½ fruta **Preparação sem açúcar adicionado**		

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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM ERNESTO HACHMANN

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (09/03)	3ª FEIRA (10/03)	4ª FEIRA (11/03)	5ª FEIRA (12/03)	6ª FEIRA (13/03)
REFEIÇÃO I	Sanduiche de pão francês integral, cenoura, tomate, e frango desfiado Suco de uva* Frutas	Feijão Carioca Arroz com couve-folha Carne suína acebolado Salada: chuchu cozido e cenoura ralada Frutas	Macarrão com molho carne moída Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Risoto de moela Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, repolho ralado e couve flor cozida Frutas	Bolo Salgado de legumes Leite com cacau* Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão preto Arroz Lasanha a bolonhesa Salada: Vagem e beterraba cozida Fruta	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: repolho e cenoura ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Batata doce assada com alecrim Bife de gado acebolado Salada: Alface, pepino fatiado Fruta		
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Torrada de pão francês com carne moída e orégano Chá de ervas gelado ½ Fruta**	Pão de polvilho Suco de uva ½ Fruta**	Wafler salgado (massa de bolo salgado) Leite com cacau ½ Fruta**		

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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM ERNESTO HACHMANN
ZONA RURAL
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos
PERÍODO INTEGRAL
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais
MARÇO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (16/03)	3ª FEIRA (17/03)	4ª FEIRA (18/03)	5ª FEIRA (19/03)	6ª FEIRA (20/03)
REFEIÇÃO I	Macarrão com molho de carne suína moída Salada: Repolho cozido e beterraba ralada Frutas	Sanduiche de pão francês com carne moída e alface Suco de uva* Frutas	Lasanha a bolonhesa Salada: Alface e repolho	Feijão preto Arroz integral Fígado acebolado Salada: Alface, rabanete e cenoura ralada Frutas	Bolo de abóbora cabotiá Leite com cacau* Frutas **Preparação doce do mês**
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Frango assado à milanesa Batata inglesa cozida Salada: Alface, Beterraba cozida Fruta	Feijão Preto Arroz Farofa de ora-pro-nóbis Carne suína acebolada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Fruta		
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Esfira de frango Chá gelado de maçã* ½ Fruta**	Muffin de omelete Suco de laranja natural ½ Fruta**	Sanduíche natural Suco de casca de abacaxi ½ Fruta**		

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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 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

MARÇO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (23/03)	3ª FEIRA (24/03)	4ª FEIRA (25/03)	5ª FEIRA (26/03)	6ª FEIRA (27/03)
REFEIÇÃO I	Macarrão integral ao molho de carne moída suína Salada: beterraba ralada e chuchu cozido Frutas	Polenta cremosa Sobrecoxa em molho Salada: repolho ralado e cenoura cozida Frutas	Carreteiro Refogado de legumes: cenoura, vagem, brócolis, couve flor e chuchu Salada: Alface Frutas	Feijoada (feijão preto, carne suína, carne bovina) Arroz Farofa de ora-pro-nóbis Couve folha refogada Salada: Alface Frutas	Lentilha Arroz integral Ovo cozido Salada: pepino fatiado e couve flor cozida Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão Preto Arroz Bife de frango acebolado Aipím cozido Salada: Rabanete e pepino ralado Fruta	Feijão carioca Arroz Panqueca de carne moída suína Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Frango assado Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: Repolho e alface Fruta		
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Bolo de maçã, banana, frutas secas Suco de uva ½ Fruta** **Preparação sem açúcar adicionado**	Bolo de tomate Chá gelado de ervas ½ Fruta**	Bolo de amendoim Leite com cacau Chá de casca de abacaxi ½ Fruta** **Preparação sem açúcar adicionado**		
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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 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

MARÇO E ABRIL DE 2026

Quinta Semana	2ª FEIRA (30/03)	3ª FEIRA (31/03)	4ª FEIRA (01/04)	5ª FEIRA (02/04)	6ª FEIRA (03/04)
REFEIÇÃO I	Risoto de arroz integral de frango Salada: Repolho e chuchu cozido Frutas	Canjiquinha com carne suína em cubos Couve folha refogada Salada: beterraba cozida e couve flor	Arroz com açafrão Sobrecoxa assada Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface e cenoura ralada	Feijão preto Arroz com açafrão Filé de tilápia assado Salada: Rabanete fatiado e repolho	**Sexta-Feira Santa**
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão Preto Arroz Escondidinho de aipim com frango Salada: Rabanete e pepino ralado Fruta	Feijão carioca Arroz Frango em molho Batata inglesa cozida Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Costelinha suína assada Farofa de abóbora Salada: Repolho e alface Fruta		
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Mini Pizza Suco de uva ½ Fruta**	Wafler salgado (massa de bolo salgado) suco de casca de manga ½ Fruta**	Pão de Polvilho Leite com cacau ½ Fruta**		
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: 18/02/2026 14:52:11-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (02/03)	3ª FEIRA (03/03)	4ª FEIRA (04/03)	5ª FEIRA (05/03)	6ª FEIRA (06/03)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Filé de frango em molho Salada: Repolho e beterraba cozida Frutas	Vaca atolada (aipim com carne bovina) Salada: vagem cozida e rabanete fatiado Frutas	Risoto de arroz integral com açafrão Salada: Chuchu cozido e alface Frutas	Feijão preto Arroz integral Cubos suínos refogados Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface, pepino fatiado e cenoura ralada Frutas	Bolo salgado integral Leite com cacau* Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão carioca Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: Beterraba ralada, vagem cozida Fruta	Feijão Preto Arroz Panqueca de carne moída Salada: alface Cenoura cozida Fruta	Feijão Vermelho Arroz Batata inglesa cozida Frango assado Salada: Alface, repolho Fruta		Feijão Vermelho Arroz Bife de Frango Acebolado Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface, repolho Fruta
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Mini pizza de carne moída e tomate Suco de uva ½ Fruta**	Wafler de polvilho Leite com cacau* ½ Fruta**	Bolo de banana com aveia* Chá de gelado frutas/ervas frescas* ½ fruta **Preparação sem açúcar adicionado**	Rosquinha de polvilho Salada de fruta Suco de uva	

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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (09/03)	3ª FEIRA (10/03)	4ª FEIRA (11/03)	5ª FEIRA (12/03)	6ª FEIRA (13/03)
REFEIÇÃO I	Sanduiche de pão francês integral, cenoura, tomate, e frango desfiado Suco de uva* Frutas	Feijão Carioca Arroz com couve-folha Carne suína acebolado Salada: chuchu cozido e cenoura ralada Frutas	Macarrão com molho carne moída Salada: Vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Risoto de moela Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, repolho ralado e couve flor cozida Frutas	Bolo Salgado de legumes Leite com cacau* Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão preto Arroz Lasanha a bolonhesa Salada: Vagem e beterraba cozida Fruta	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: repolho e cenoura ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Batata doce assada com alecrim Bife de gado acebolado Salada: Alface, pepino fatiado Fruta		Feijão carioca Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface e Cenoura ralada Fruta
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Torrada de pão francês com carne moída e orégano Chá de ervas gelado ½ Fruta**	Pão de polvilho Suco de uva ½ Fruta**	Wafler salgado (massa de bolo salgado) Leite com cacau ½ Fruta**	Pão de polvilho Suco de uva ½ Fruta**	

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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (16/03)	3ª FEIRA (17/03)	4ª FEIRA (18/03)	5ª FEIRA (19/03)	6ª FEIRA (20/03)
REFEIÇÃO I	Macarrão com molho de carne suína moída Salada: Repolho cozido e beterraba ralada Frutas	Sanduiche de pão francês com carne moída e alface Suco de uva* Frutas	Lasanha a bolonhesa Salada: Alface e repolho	Feijão preto Arroz integral Fígado acebolado Salada: Alface, rabanete e cenoura ralada Frutas	Bolo de abóbora cabotiá Leite com cacau* Frutas **Preparação doce do mês**
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Frango assado à milanesa Batata inglesa cozida Salada: Rabanete e beterraba cozida Fruta	Feijão Preto Arroz Farofa de ora-pro-nóbis Carne suína acebolada Salada: Alface e pepino ralado Fruta		Feijão Preto Arroz Lasanha a bolonhesa Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Fruta
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Esfira de frango Chá gelado de maçã* ½ Fruta**	Muffin de omelete Suco de laranja natural ½ Fruta**	Sanduíche natural Suco de casca de abacaxi ½ Fruta**	Esfira de frango Chá gelado de maçã* ½ Fruta**	

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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA
ZONA RURAL
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais
MARÇO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (23/03)	3ª FEIRA (24/03)	4ª FEIRA (25/03)	5ª FEIRA (26/03)	6ª FEIRA (27/03)
REFEIÇÃO I	Macarrão integral ao molho de carne moída suína Salada: beterraba ralada e chuchu cozido Frutas	Polenta cremosa Sobrecoxa em molho Salada: repolho ralado e cenoura cozida Frutas	Carreteiro Refogado de legumes: cenoura, vagem, brócolis, couve flor e chuchu Salada: Repolho Frutas	Feijoada (feijão preto, carne suína, carne bovina) Arroz Farofa de ora-pro-nóbis Couve folha refogada Salada: Alface Frutas	Lentilha Arroz integral Ovo cozido Salada: alface e couve flor cozida Frutas
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão Preto Arroz Bife de frango acebolado Aipím cozido Salada: Rabanete e pepino ralado Fruta	Feijão carioca Arroz Panqueca de carne moída suína Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Frango assado Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: pepino, repolho e alface Fruta		Feijão preto Arroz Costelinha assada Farofa de ora-pro-nóbis orégano, alecrim, açafrão Salada: Repolho e alface Fruta
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Bolo de maçã, banana, frutas secas Suco de uva ½ Fruta** **Preparação sem açúcar adicionado**	Bolo de tomate Chá gelado de ervas ½ Fruta**	Bolo de amendoim Leite com cacau Chá de casca de abacaxi ½ Fruta** **Preparação sem açúcar adicionado**	Wafler com massa de bolo de tomate Chá gelado de ervas ½ Fruta**	
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 CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

MARÇO E ABRIL DE 2026

Quinta Semana	2ª FEIRA (30/03)	3ª FEIRA (31/03)	4ª FEIRA (01/04)	5ª FEIRA (02/04)	6ª FEIRA (03/04)
REFEIÇÃO I	Risoto de arroz integral de frango Salada: Repolho e chuchu cozido Frutas	Canjiquinha com carne suína em cubos Couve folha refogada Salada: beterraba cozida e couve flor Frutas	Arroz com açafrão Sobrecoxa assada Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface e cenoura ralada Frutas	Feijão preto Arroz com açafrão Filé de tilápia assado Salada: Alface, rabanete fatiado e repolho Frutas	**Sexta-Feira Santa**
ALMOÇO 12:00 às 12:30	Feijão Preto Arroz Escondidinho de aipim com frango Salada: Rabanete e pepino ralado Fruta	Feijão carioca Arroz Frango em molho Batata inglesa cozida Salada: cenoura cozida e beterraba ralada Fruta	Feijão vermelho Arroz Costelinha suína assada Farofa de abóbora Salada: Repolho e alface Fruta		
REFEIÇÃO II 15 às 15:15	Mini Pizza Suco de uva ½ Fruta**	Wafler salgado (massa de bolo salgado) suco de casca de manga ½ Fruta**	Pão de Polvilho Leite com cacau ½ Fruta**	Mini Pizza Suco de uva ½ Fruta**	

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 CRN10 3469
Responsável Técnica

gov.br
Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 23/02/2026 16:40:22-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br