SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM BELISÁRIO PENA E EM CONSTRUINDO SONHOS					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MAIO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (04/05)**	**3ª FEIRA (05/05)**	**4ª FEIRA (06/05)**	**5ª FEIRA (07/05)**	**6ª FEIRA (08/05)**
REFEIÇÃO I	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Leite com cacau* Frutas	Risoto de frango, arroz integral Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Feijão preto Arroz com açafrão Carne bovina na panela com legumes Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado 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 (11/05)**	**3ª FEIRA (12/05)**	**4ª FEIRA (13/05)**	**5ª FEIRA (14/05)**	**6ª FEIRA (15/05)**
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Salada: repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado Frutas	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas (guardar algumas cascas de batata doce para o dia seguinte)	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Fígado acebolado Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* 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

As frutas oferecer conforme grau 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.

Incrementar os molhos com legumes: vagem, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor. Acrescentar folhas e talos: repolho, couve folha, ora-pro-nóbis.

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 - EM BELISÁRIO PENA E EM CONSTRUINDO SONHOS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL

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

MAIO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (18/05)	3ª FEIRA (19/05)	4ª FEIRA (20/05)	5ª FEIRA (21/05)	6ª FEIRA (22/05)
REFEIÇÃO I	Macarrão Integral Molho de carne suína moída em molho com legumes (servir o macarrão separado do mollho) Repolho refogado Salada: cenoura ralada e chuchu cozido Frutas	Sanduiche de pão francês com frango, maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas Maionese: abacate maduro, limão, sal	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas.	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta	Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Batida de Abacate e banana* 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%

Quarta Semana	2ª FEIRA (25/05)	3ª FEIRA (26/05)	4ª FEIRA (27/05)	5ª FEIRA (28/05)	6ª FEIRA (29/05)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, cenoura ralada Frutas	Risoto frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* 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

As frutas oferecer conforme grau 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.

Incrementar os molhos com legumes: vagem, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor. Acrescentar folhas e talos: repolho, couve folha, ora-pro-nóbis.

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: 28/04/2026 13:52:22-0300

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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 11 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

MAIO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (04/05)	3ª FEIRA (05/05)	4ª FEIRA (06/05)	5ª FEIRA (07/05)	6ª FEIRA (08/05)
REFEIÇÃO I	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Leite com cacau* Frutas	Risoto de frango, arroz integral Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Feijão preto Arroz com açafrão Carne bovina na panela com legumes Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Frango em molho Aipim cozido Salada: repolho e chuhu cozido	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado Cabotiá refogada Salada: cenoura ralada e pepino fatido	Feijão Carioca Arroz Carne moída em molho Batata doce cozida Salada: Alface, vagem cozida		
REFEIÇÃO II	Bolo salgado Integral, carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha, milho e ervilha) Suco de Uva* (se frio aquecer) Frutas	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas	Feijão carioca Arroz com açafrão Carne bovina na panela Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Risoto de frango, arroz integral Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem 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**
		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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 11 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

MAIO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (11/05)	3ª FEIRA (12/05)	4ª FEIRA (13/05)	5ª FEIRA (14/05)	6ª FEIRA (15/05)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Salada: repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado Frutas	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas (guardar algumas cascas de batata doce para a farofa)	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Fígado acebolado Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas
ALMOÇO	Lentilha Arroz Frango assado com batata doce Salada: alface e beteraba cozida	Feijão Preto Arroz Bife de gado acebolado Purê de batata Salada: pepino e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz com açafrão Panqueca com farinha integral de ora-pro-nóbis e carne de frango Salada: Alface, cenoura cozida		
REFEIÇÃO II	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Salada: repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Fígado acebolado Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado 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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 11 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

MAIO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (18/05)	3ª FEIRA (19/05)	4ª FEIRA (20/05)	5ª FEIRA (21/05)	6ª FEIRA (22/05)
REFEIÇÃO I	Macarrão Integral Molho de carne suína moída em molho com legumes (servir o macarrão separado do mollho) Repolho refogado Salada: cenoura ralada e chuchu cozido Frutas	Sanduiche de pão francês com frango, maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas Maionese: abacate maduro, limão, sal	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas	Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Batida de Abacate e banana* Frutas	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta
ALMOÇO	Lentilha Arroz Filé de frango na frigideira Abobora cabotiá refogada Salada: chuchu cozido e cenoiura ralada	Feijão Preto Arroz Hambúrguer de carne moída assado Purê de aipim Salada: Alface e beterraba ralada	Feijão Preto Arroz Almôndega em molho Batata doce cozida Salada: Alface e beterraba ralada		
REFEIÇÃO II	Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Batida de Abacate e banana* Frutas	Sanduiche de pão francês com frango, maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas Maionese: abacate maduro, limão, sal	Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Batida de Abacate e banana* Frutas	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, 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, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano 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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM BERNARDO MORO SOBRINHO

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 04 a 11 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

MAIO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (25/05)	3ª FEIRA (26/05)	4ª FEIRA (27/05)	5ª FEIRA (28/05)	6ª FEIRA (29/05)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, cenoura ralada Frutas	Risoto frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas
ALMOÇO	Feijão preto Arroz Escondidinho de aipim com carne moída Salada: Vagem cozida e Repolho	Feijão Preto Arroz Frango assado empanado com batata inglesa Salada: Alface, chuchu cozido	Lentilha Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão alecrim Salada: Alface e brócolis cozido		
REFEIÇÃO II	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Fruta	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, cenoura ralada Frutas	Risoto frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba 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

** 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: 28/04/2026 13:54:30-0300
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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM VIVER E CONHECER e 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

MAIO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (04/05)	3ª FEIRA (05/05)	4ª FEIRA (06/05)	5ª FEIRA (07/05)	6ª FEIRA (08/05)
REFEIÇÃO I	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Leite com cacau* Frutas	Risoto de frango, arroz integral Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Feijão preto Arroz com açafrão Carne bovina na panela com legumes Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Frango em molho Aipim cozido Salada: repolho e chuhu cozido	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado Cabotiá refogada Salada: cenoura ralada e pepino fatido	Feijão vermelho Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: alface e repolho refogado	Feijão Carioca Arroz Carne moída em molho Batata cozida Salada: Alface, vagem cozida	Lentilha Arroz com ora-pro-nóbis Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis Salada; Alface, rabanete fatiado
REFEIÇÃO II	Bolo salgado Integral, carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha, milho e ervilha) Suco de Uva* (se frio aquecer) Frutas	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas	Feijão carioca Arroz com açafrão Carne bovina na panela Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Risoto de frango, arroz integral Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem 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**	
	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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM VIVER E CONHECER e 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
MAIO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (11/05)	3ª FEIRA (12/05)	4ª FEIRA (13/05)	5ª FEIRA (14/05)	6ª FEIRA (15/05)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Salada: repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado Frutas	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas (guardar algumas cascas de batata doce para a farofa)	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Fígado acebolado Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas
ALMOÇO	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis Salada: beterraba ralada, repolho	Feijão Preto Arroz Bife de gado acebolado Purê de batata Salada: pepino e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface, chuchu cozido	Lentilha Arroz Frango assado com batata doce Salada: alface e beteraba cozida	Feijão Preto Arroz com açafrão Panqueca com farinha integral de ora-pro-nóbis e carne de frango Salada: Alface, cenoura cozida
REFEIÇÃO II	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Polenta cremosa Frango em molho Salada: Alface, repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Fígado acebolado Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado 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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM VIVER E CONHECER e 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

MAIO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (18/05)	3ª FEIRA (19/05)	4ª FEIRA (20/05)	5ª FEIRA (21/05)	6ª FEIRA (22/05)
REFEIÇÃO I	Macarrão Integral Molho de carne suína moída em molho com legumes (servir o macarrão separado do mollho) Repolho refogado Salada: cenoura ralada e chuchu cozido Frutas	Sanduiche de pão francês com frango, maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas Maionese: abacate maduro, limão, sal	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, 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, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas.	Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Batida de Abacate e banana* Frutas
ALMOÇO	Feijão vermelho Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: beterraba ralada e chuchu cozido	Feijão Preto Arroz Hambúrguer de carne moída assado Purê de aipim Salada: Alface e beterraba ralada	Lentilha Arroz Filé de frango na frigideira Abobora cabotiá refogada Salada: chuchu cozido e cenoiura ralada	Feijão Preto Arroz Almôndega em molho Batata inglesa cozida Salada: Alface e beterraba ralada	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: pepino e vagem cozida
REFEIÇÃO II	Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Batida de Abacate e banana* Frutas	Sanduiche de pão francês com frango, maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas Maionese: abacate maduro, limão, sal.	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta	Macarrão Integral Molho de carne suína moída em molho com legumes (servir o macarrão separado do mollho) Repolho refogado Salada: cenoura ralada e chuchu cozido 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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM VIVER E CONHECER e 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

MAIO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (25/05)	3ª FEIRA (26/05)	4ª FEIRA (27/05)	5ª FEIRA (28/05)	6ª FEIRA (29/05)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, cenoura ralada Frutas	Risoto frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas
ALMOÇO	Feijão preto Arroz Escondidinho de aipim com carne moída Salada: Vagem cozida e Repolho	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	Lentilha Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão alecrim Salada: Alface e brócolis cozido	Feijão Preto Arroz Frango assado empanado com batata inglesa Salada: Alface, chuchu cozido	Feijão carioca Arroz Lasanha de carne moída Salada: beterraba ralada e pepino fatiado
REFEIÇÃO II	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Risoto frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, cenoura ralada Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado 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

** 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: 28/04/2026 13:54:30-0300
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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM CARLOS JAIME DA ROCHA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 06 a 10 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MAIO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (04/05)	3ª FEIRA (05/05)	4ª FEIRA (06/05)	5ª FEIRA (07/05)	6ª FEIRA (08/05)
REFEIÇÃO I	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Risoto de frango, arroz integral Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Frutas Feijão carioca Arroz com açafrão Carne bovina na panela com legumes Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Frango em molho Aipim cozido Salada: repolho e chuhu cozido		Feijão Carioca Arroz com açafrão Carne moída em molho Batata cozida Salada: Alface, vagem cozida	Feijão Preto Arroz Frango assado Cabotiá refogada Salada: cenoura ralada e pepino fatido	
REFEIÇÃO II	Bolo salgado Integral, carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha, milho e ervilha) Suco de Uva* (se frio aquecer) Frutas	Feijão carioca Arroz com açafrão Carne bovina na panela com legumes Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas	Risoto de frango, arroz integral Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem 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
	369,43kcal	54g	13g	9g
		58%	14%	22%

*Preparação sem açúcar

As frutas oferecer conforme grau 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.

Incrementar os molhos com legumes: vagem, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor. Acrescentar folhas e talos: repolho, couve folha, ora-pro-nóbis.

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 - EM CARLOS JAIME DA ROCHA					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 06 a 10 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MAIO DE 2026					
Segunda Semana	**2ª FEIRA (11/05)**	**3ª FEIRA (12/05)**	**4ª FEIRA (13/05)**	**5ª FEIRA (14/05)**	**6ª FEIRA (15/05)**
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Salada: repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado Frutas	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas (guardar algumas cascas de batata doce para a farofa)	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Fígado acebolado Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, beterraba ralada Frutas
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz com açafrão Panqueca com farinha integral de ora-pro-nóbis e carne de frango Salada: Alface, cenoura cozida		Feijão Preto Arroz Bife de gado acebolado Purê de batata Salada: pepino e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface, chuchu cozido	
REFEIÇÃO II	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Feijão Preto Arroz açafrão Fígado acebolado Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface, beterraba ralada e cenoura ralada Frutas	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas (guardar algumas cascas de batata doce para a farofa)	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Fígado acebolado Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado 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 grau 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.

Incrementar os molhos com legumes: vagem, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor. Acrescentar folhas e talos: repolho, couve folha, ora-pro-nóbis.

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 - EM CARLOS JAIME DA ROCHA					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 06 a 10 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MAIO DE 2026					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (18/05)**	**3ª FEIRA (19/05)**	**4ª FEIRA (20/05)**	**5ª FEIRA (21/05)**	**6ª FEIRA (22/05)**
REFEIÇÃO I	Sanduiche de pão francês com frango, maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas Maionese: abacate maduro, limão, sal	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas.	Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Batida de Abacate e banana* Frutas	Macarrão Integral Molho de carne suína moída em molho com legumes (servir o macarrão separado do mollho) Repolho refogado Salada: cenoura ralada e chuchu cozido Frutas	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta
ALMOÇO	Lentilha Arroz Filé de frango na frigideira Abobora cabotiá refogada Salada: chuchu cozido e cenoiura ralada		Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: pepino e vagem cozida	Feijão Preto Arroz Almôndega em molho Batata inglesa cozida Salada: Alface e beterraba ralada	
REFEIÇÃO II	Sanduiche de pão francês com frango, maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas Maionese: abacate maduro, limão, sal.	Feijão Vermelho Arroz com açafrão Frango Assado com batata doce Salada: Alface, beterraba ralada e brócolis cozido Frutas	Macarrão Integral à bolonhesa com legumes Repolho refogado Salada: cenoura ralada e chuchu cozido Frutas	Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Batida de Abacate e banana* Frutas	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano 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 grau 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.

Incrementar os molhos com legumes: vagem, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor. Acrescentar folhas e talos: repolho, couve folha, ora-pro-nóbis.

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: 06 a 10 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MAIO DE 2026					
Quarta Semana	**2ª FEIRA (25/05)**	**3ª FEIRA (26/05)**	**4ª FEIRA (27/05)**	**5ª FEIRA (28/05)**	**6ª FEIRA (29/05)**
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Risoto frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, cenoura ralada Frutas
ALMOÇO	Feijão preto Arroz Escondidinho de aipim com carne moída Salada: Vagem cozida e Repolho		Lentilha Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão alecrim Salada: Alface e brócolis cozido	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	
REFEIÇÃO II	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Salada: Alface, cenoura ralada Frutas	Risoto frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado
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 grau 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.

Incrementar os molhos com legumes: vagem, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor. Acrescentar folhas e talos: repolho, couve folha, ora-pro-nóbis.

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: 28/04/2026 13:54:30-0300
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 PRÉ- ESCOLA E 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					
MAIO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (04/05)**	**3ª FEIRA (05/05)**	**4ª FEIRA (06/05)**	**5ª FEIRA (07/05)**	**6ª FEIRA (08/05)**
REFEIÇÃO I	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Risoto de frango, arroz integral Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Frutas Feijão carioca Arroz com açafrão Carne bovina na panela com legumes Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Frango em molho Aipim cozido Salada: repolho e chuhu cozido	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado Cabotiá refogada Salada: cenoura ralada e pepino fatido	Feijão Carioca Arroz Carne moída em molho Batata cozida Salada: Alface, vagem cozida		
REFEIÇÃO II	Esfira de frango Suco de uva Frutas	Mini pizza com carne moida, tomate e orégano Chá Frutas	Bolo de banana, pasta de amendoim com farinha de trigo integral, com cobertura de pasta de amendoim 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 grau 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.

Incrementar os molhos com legumes: vagem, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor. Acrescentar folhas e talos: repolho, couve folha, ora-pro-nóbis.

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 - 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					
MAIO DE 2026					
Segunda Semana	**2ª FEIRA (11/05)**	**3ª FEIRA (12/05)**	**4ª FEIRA (13/05)**	**5ª FEIRA (14/05)**	**6ª FEIRA (15/05)**
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Salada: repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas (guardar algumas cascas de batata doce para a farofa)	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Fígado acebolado Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado Frutas
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz com açafrão Panqueca com farinha integral de ora-pro-nóbis e carne de frango Salada: Alface, cenoura cozida	Feijão Preto Arroz Bife de gado acebolado Purê de batata Salada: pepino e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface, chuchu cozido		
REFEIÇÃO II	Pastel assado com recheio de carne moída Chá Frutas	Wafler salgado integral (massa de bolo salgado) Leite com cacau Frutas	Bolo de banana, frutas secas Batida de abacate com banana 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 grau 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.

Incrementar os molhos com legumes: vagem, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor. Acrescentar folhas e talos: repolho, couve folha, ora-pro-nóbis.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM ERNESTO HACHMANN

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MAIO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (18/05)	3ª FEIRA (19/05)	4ª FEIRA (20/05)	5ª FEIRA (21/05)	6ª FEIRA (22/05)
REFEIÇÃO I	Sanduiche de pão francês com frango, maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas Maionese: abacate maduro, limão, sal	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas.	Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Batida de Abacate e banana* Frutas	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta	Macarrão Integral Molho de carne suína moída em molho com legumes (servir o macarrão separado do mollho) Repolho refogado Salada: cenoura ralada e chuchu cozido Frutas
ALMOÇO	Lentilha Arroz Filé de frango na frigideira Abobora cabotiá refogada Salada: chuchu cozido e cenoiura ralada	Feijão vermelho Arroz açafrão Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	Feijão Preto Arroz Almôndega em molho Batata inglesa cozida Salada: Alface e beterraba ralada		
REFEIÇÃO II	Esfira de frango Chá de ervas Frutas	Wafler de banana e frutas secas Leite com cacau Frutas	Bolo de beterraba com recheio de frango Suco de uva integral 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 grau 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.

Incrementar os molhos com legumes: vagem, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor. Acrescentar folhas e talos: repolho, couve folha, ora-pro-nóbis.

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 - 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

MAIO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (25/05)	3ª FEIRA (26/05)	4ª FEIRA (27/05)	5ª FEIRA (28/05)	6ª FEIRA (29/05)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, cenoura ralada Frutas	Risoto frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas
ALMOÇO	Feijão preto Arroz Escondidinho de aipim com carne moída Salada: Vagem cozida e Repolho	Feijão vermelho Arroz Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	Lentilha Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão alecrim Salada: Alface e brócolis cozido		
REFEIÇÃO II	Mini pizza com farinha integral com carne moída e tomate Batida de abacate com banana Frutas	Pão de polvilho Leite com cacau Frutas	Wafler de massa de bolo de banana, pasta de amendoim frutas secas com farinha integral Suco de uva 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

As frutas oferecer conforme grau 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.

Incrementar os molhos com legumes: vagem, cenoura, abobrinha, brócolis, couve flor. Acrescentar folhas e talos: repolho, couve folha, ora-pro-nóbis.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

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

gov.br
Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 28/04/2026 13:54:30-0300
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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 11 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MAIO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (04/05)	3ª FEIRA (05/05)	4ª FEIRA (06/05)	5ª FEIRA (07/05)	6ª FEIRA (08/05)
REFEIÇÃO I	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Risoto de frango, arroz integral Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Frutas Feijão carioca Arroz com açafrão Carne bovina na panela com legumes Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Frango em molho Aipim cozido Salada: repolho e chuhu cozido	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado Cabotiá refogada Salada: cenoura ralada e pepino fatido	Feijão Carioca Arroz Carne moída em molho Batata doce cozida Salada: Alface, vagem cozida		Lentilha Arroz com ora-pro-nóbis Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis Salada; Alface, rabanete fatiado
REFEIÇÃO II	Esfira de frango Suco de uva Frutas	Mini pizza com carne moida, tomate e orégano Suco de folha de laranja	Bolo de banana, pasta de amendoim com farinha de trigo integral Cobertura de pasta de amendoim Chá de gelado Frutas/ervas frescas* Frutas	Pão de Polvilho Batida de abacate com banana 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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 11 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MAIO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (11/05)	3ª FEIRA (12/05)	4ª FEIRA (13/05)	5ª FEIRA (14/05)	6ª FEIRA (15/05)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Salada: repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas (guardar algumas cascas de batata doce para a farofa)	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Fígado acebolado Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado Frutas
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz com açafrão Panqueca com farinha integral de ora-pro-nóbis e carne de frango Salada: Alface, cenoura cozida	Feijão Preto Arroz Bife de gado acebolado Purê de batata Salada: pepino e beterraba cozida	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: Alface, chuchu cozido		Lentilha Arroz Frango assado com batata doce Salada: alface e beteraba cozida
REFEIÇÃO II	Pastel assado com recheio de carne moída Chá gelado ou quente Frutas	Wafler salgado integral (massa de bolo salgado) Leite com cacau Frutas	Bolo de banana, frutas secas Suco de uva Frutas	Wafler salgado integral (massa de bolo salgado) Chá 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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA: 11 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

MAIO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (18/05)	3ª FEIRA (19/05)	4ª FEIRA (20/05)	5ª FEIRA (21/05)	6ª FEIRA (22/05)
REFEIÇÃO I	Sanduiche de pão francês com frango, maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas Maionese: abacate maduro, limão, sal	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, abóbora, macarrão e frango Pão torrado com manteiga e orégano Frutas.	Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Batida de Abacate e banana* Frutas	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta	Macarrão Integral Molho de carne suína moída em molho com legumes (servir o macarrão separado do mollho) Repolho refogado Salada: cenoura ralada e chuchu cozido Frutas
ALMOÇO	Lentilha Arroz Filé de frango na frigideira Abobora cabotiá refogada Salada: chuchu cozido e cenoiura ralada	Feijão Preto Arroz Hambúrguer de carne moída assado Purê de aipim Salada: Alface e beterraba ralada	Feijão Preto Arroz açafrão Almôndega em molho Batata inglesa cozida Salada: Alface e beterraba ralada		Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: pepino e vagem cozida
REFEIÇÃO II	Esfira de frango Suco de uva Frutas	Bolo de beterraba com recheio de frango Leite com cacau Frutas	Wafler de banana e frutas secas Chá de ervas Frutas	Bolo de beterraba com recheio de frango Suco de uva integral 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 PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM IVO SILVEIRA					
ZONA RURAL					
FAIXA ETÁRIA: 11 a 15 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
MAIO DE 2026					

Quarta Semana	2ª FEIRA (25/05)	3ª FEIRA (26/05)	4ª FEIRA (27/05)	5ª FEIRA (28/05)	6ª FEIRA (29/05)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, cenoura ralada Frutas	Risoto frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas
ALMOÇO	Feijão preto Arroz Escondidinho de aipim com carne moída Salada: Vagem cozida e Repolho	Feijão vermelho Arroz açafrão Carne suína em cubos Farofa de ora-pro-nóbis Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	Lentilha Arroz Carne bovina em molho Batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão alecrim Salada: Alface e brócolis cozido		Feijão carioca Arroz Lasanha de carne moída Salada: beterraba ralada e pepino fatiado
REFEIÇÃO II	Mini pizza com farinha integral com carne moída e tomate Batida de abacate com banana Frutas	Pão de polvilho Leite com cacau Frutas	Panqueca de massa de bolo de banana, pasta de amendoim frutas secas com farinha integral Suco de uva Frutas	Pão de polvilho 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
	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.

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 28/04/2026 13:54:30-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica