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

JUNHO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (01/06)	3ª FEIRA (02/06)	4ª FEIRA (03/06)	5ª FEIRA (04/06)	6ª FEIRA (05/06)
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	Feijão preto Arroz com açafrão Carne bovina na panela com legumes Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
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 (08/06)	3ª FEIRA (09/06)	4ª FEIRA (10/06)	5ª FEIRA (11/06)	6ª FEIRA (12/06)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Salada: repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Filé de tilapia assada com batata doce Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Macarrão com legumes Macarrão espaguete + peito de frango em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola. Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas OBS: servir o macarrão separado do acompanhamento	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Sanduiche de pão francês com frango, maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas Maionese: abacate maduro, limão, sal
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					
JUNHO DE 2026					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (15/06)**	**3ª FEIRA (16/06)**	**4ª FEIRA (17/06)**	**5ª FEIRA (18/06)**	**6ª FEIRA (19/06)**
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	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Batida de Abacate e banana* Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado 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%
Quarta Semana	**2ª FEIRA (22/06)**	**3ª FEIRA (23/06)**	**4ª FEIRA (24/06)**	**5ª FEIRA (25/06)**	**6ª FEIRA (26/06)**
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Risoto de arroz integral frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce e abóbora assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas	Dia de São João (montar em forma de mesa) Amendoim torrado Pipoca salgada temperada com açafrão Bolo Salgado Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Suco de uva aquecido Frutas**	Feijoada Arroz Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**	Sopa de verduras, legumes e frango, preparada com talos de brócolis e couve-flor, couve folha, folhas de repolho, salsa, espinafre, cenoura, batata, aipim, 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**
		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.

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					
JUNHO DE 2026					
Quinta Semana	**2ª FEIRA (29/06)**	**3ª FEIRA (30/06)**	**4ª FEIRA (01/07)**	**5ª FEIRA (02/07)**	**6ª FEIRA (03/07)**
REFEIÇÃO I	Risoto de frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, cenoura 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**
		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.

Documento assinado digitalmente

gov.br

ALESSANDRA NELSI WEBER

Data: 19/05/2026 16:02:23-0300

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 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

JUNHO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (01/06)	3ª FEIRA (02/06)	4ª FEIRA (03/06)	5ª FEIRA (04/06)	6ª FEIRA (05/06)
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	Feijão preto Arroz com açafrão Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Panqueca verde de carne moída Salada: repolho e chuhu cozido	Feijão vermelho Arroz Carne suína moída Nhoque de abóbora Salada: alface e repolho refogado	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado com batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: cenoura ralada e pepino fatido	Feriado	Ponto Facultativo
REFEIÇÃO II	Feijão preto Arroz com açafrão Carne bovina na panela com legumes Salada: Alface, rabanete fatiado 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	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Leite com cacau* Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
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 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					
JUNHO DE 2026					
Segunda Semana	**2ª FEIRA (08/06)**	**3ª FEIRA (09/06)**	**4ª FEIRA (10/06)**	**5ª FEIRA (11/06)**	**6ª FEIRA (12/06)**
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 em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Filé de tilapia assada com batata doce Salada: Alface, beterraba ralada 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 Panqueca de abóbora e carne moída Salada: alface e beteraba cozida	Feijão Preto Arroz com açafrão Nhoque de batata doce Frango em molho Salada: Alface, cenoura cozida
REFEIÇÃO II	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Salada: repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Filé de tilapia assada com batata doce Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado 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**
		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 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					
JUNHO DE 2026					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (15/06)**	**3ª FEIRA (16/06)**	**4ª FEIRA (17/06)**	**5ª FEIRA (18/06)**	**6ª FEIRA (19/06)**
REFEIÇÃO I	Risoto de frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Bolo salgado de frango 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	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas
ALMOÇO	Feijão vermelho Arroz Nhoque de abóbora Carne moída em molho Salada: beterraba ralada e chuchu cozido	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: pepino e vagem cozida	Lentilha Arroz Frango assado com batata doce Salada: chuchu cozido e cenoiura ralada	Feijão Preto Arroz Almôndega em molho Batata inglesa cozida Salada: Alface e beterraba ralada	Feijão Preto Arroz Hambúrguer de carne moída assado Purê de aipim Salada: Alface e beterraba ralada
REFEIÇÃO II	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	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas	Risoto de frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) 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%

* 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 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
JUNHO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (22/06)	3ª FEIRA (23/06)	4ª FEIRA (24/06)	5ª FEIRA (25/06)	6ª FEIRA (26/06)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida 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	Dia de São João (montar em forma de mesa) Amendoim torrado Pipoca salgada temperada com açafrão Bolo Salgado Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Suco de uva aquecido 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.	Feijoada Arroz Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**
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 Nhoque de batata doce 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	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.	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Dia de São João (montar em forma de mesa) Amendoim torrado Pipoca salgada temperada com açafrão Bolo Salgado Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Suco de uva aquecido Frutas**	Feijoada Arroz Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ 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
	403,96KCAL	62g	18g	11g
		62%	18%	24%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

****Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

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

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO PRÉ- ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL - EM DR VILSON PEDRO KLEINUBING					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Quinta Semana	**2ª FEIRA (29/06)**	**3ª FEIRA (30/06)**		**5ª FEIRA (02/07)**	**6ª FEIRA (03/07)**
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.	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Carne bovina na panela com legumes tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta	Risoto de arroz integral frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce e abóbora assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas	Sanduiche de pão francês com frango, Maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Batida de Abacate e banana* Frutas
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Frango assado com batata inglesa Salada: Alface, chuchu cozido	Feijão vermelho Arroz Bife bovino acebolado Aboborá assada Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	Lentilha Arroz Costelinha Suína assada Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface e brócolis cozido	Feijão preto Arroz Nhoque Carne moída em molho Salada: Vagem cozida e Repolho	Feijão carioca Arroz Panqueca de carne moída Salada: beterraba ralada e pepino fatiado
REFEIÇÃO II	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Carne bovina na panela com legumes tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta	Risoto de arroz integral frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce e abóbora assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida 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.	Sanduiche de pão francês com frango, Maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) 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**
		403,96KCAL	62g	18g	11g
			62%	18%	24%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

****Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

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

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 19/05/2026 16:04:41-0300
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 BERNARDO MORO SOBRINHO					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (01/06)**	**3ª FEIRA (02/06)**	**4ª FEIRA (03/06)**	**5ª FEIRA (04/06)**	**6ª FEIRA (05/06)**
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	Feijão preto Arroz com açafrão Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Panqueca verde de carne moída Salada: repolho e chuhu cozido	Feijão vermelho Arroz Carne suína moída Nhoque de abóbora Salada: alface e repolho refogado	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado com batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: cenoura ralada e pepino fatido	Feriado	Ponto Facultativo
REFEIÇÃO II	Feijão preto Arroz com açafrão Carne bovina na panela com legumes Salada: Alface, rabanete fatiado 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	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Leite com cacau* Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
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 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Segunda Semana	**2ª FEIRA (08/06)**	**3ª FEIRA (09/06)**	**4ª FEIRA (10/06)**	**5ª FEIRA (11/06)**	**6ª FEIRA (12/06)**
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 em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Filé de tilapia assada com batata doce Salada: Alface, beterraba ralada Frutas
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Bife de gado acebolado Purê de batata Salada: pepino e beterraba cozida	Lentilha Arroz Panqueca de abóbora e carne moída Salada: alface e beteraba cozida	Feijão Preto Arroz com açafrão Nhoque de batata doce Frango em molho Salada: Alface, cenoura cozida		
REFEIÇÃO II	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	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	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Filé de tilapia assada com batata doce 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 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 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (15/06)**	**3ª FEIRA (16/06)**	**4ª FEIRA (17/06)**	**5ª FEIRA (18/06)**	**6ª FEIRA (19/06)**
REFEIÇÃO I	Risoto de frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* 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	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas
ALMOÇO	Feijão vermelho Arroz Nhoque de abóbora Carne moída em molho Salada: beterraba ralada e chuchu cozido	Feijão Preto Arroz Almôndega em molho Batata inglesa cozida Salada: Alface e beterraba ralada	Lentilha Arroz Frango assado com batata doce Salada: chuchu cozido e cenoiura ralada		
REFEIÇÃO II	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas	Risoto de frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Batida de Abacate e banana* 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**
		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 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Quarta Semana	**2ª FEIRA (22/06)**	**3ª FEIRA (23/06)**	**4ª FEIRA (24/06)**	**5ª FEIRA (25/06)**	**6ª FEIRA (26/06)**
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida 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	Dia de São João (montar em forma de mesa) Amendoim torrado Pipoca salgada temperada com açafrão Bolo Salgado Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Suco de uva aquecido 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.	Feijoada Arroz Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**
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 Nhoque de batata doce Salada: Alface e brócolis cozido		
REFEIÇÃO II	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.	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Dia de São João (montar em forma de mesa) Amendoim torrado Pipoca salgada temperada com açafrão Bolo Salgado Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Suco de uva aquecido Frutas**	Feijoada Arroz Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ 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**
		403,96KCAL	62g	18g	11g
			62%	18%	24%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

****Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

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

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista 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 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Quinta Semana	**2ª FEIRA (29/06)**	**3ª FEIRA (30/06)**		**5ª FEIRA (02/07)**	**6ª FEIRA (03/07)**
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.	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Carne bovina na panela com legumes tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta	Risoto de arroz integral frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce e abóbora assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas	Sanduiche de pão francês com frango, Maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Batida de Abacate e banana* Frutas
ALMOÇO	Feijão preto Arroz Nhoque Carne moída em molho Salada: Vagem cozida e Repolho	Feijão vermelho Arroz Bife bovino acebolado Aboborá assada Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	Feijão carioca Arroz Panqueca de carne moída Salada: beterraba ralada e pepino fatiado		
REFEIÇÃO II	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Carne bovina na panela com legumes tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta	Risoto de arroz integral frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce e abóbora assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida 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.	Sanduiche de pão francês com frango, Maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) 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**
		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.

gov.br Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 19/05/2026 16:02:23-0300
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					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (01/06)**	**3ª FEIRA (02/06)**	**4ª FEIRA (03/06)**	**5ª FEIRA (04/06)**	**6ª FEIRA (05/06)**
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	Feijão preto Arroz com açafrão Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Panqueca verde de carne moída Salada: repolho e chuhu cozido	Feijão vermelho Arroz Carne suína moída Nhoque de abóbora Salada: alface e repolho refogado	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado com batata doce assada com orégano, alecrim, açafrão Salada: cenoura ralada e pepino fatido	Feriado	Ponto Facultativo
REFEIÇÃO II	Feijão preto Arroz com açafrão Carne bovina na panela com legumes Salada: Alface, rabanete fatiado 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	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Leite com cacau* Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
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					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Segunda Semana	**2ª FEIRA (08/06)**	**3ª FEIRA (09/06)**	**4ª FEIRA (10/06)**	**5ª FEIRA (11/06)**	**6ª FEIRA (12/06)**
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 em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Filé de tilapia assada com batata doce Salada: Alface, beterraba ralada 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 Panqueca de abóbora e carne moída Salada: alface e beteraba cozida	Feijão Preto Arroz com açafrão Nhoque de batata doce Frango em molho Salada: Alface, cenoura cozida
REFEIÇÃO II	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Salada: repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Filé de tilapia assada com batata doce Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado 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**
		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					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (15/06)**	**3ª FEIRA (16/06)**	**4ª FEIRA (17/06)**	**5ª FEIRA (18/06)**	**6ª FEIRA (19/06)**
REFEIÇÃO I	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Carne bovina na panela com legumes tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta	Risoto de arroz integral frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce e abóbora assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida 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.	Sanduiche de pão francês com frango, Maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Batida de Abacate e banana* Frutas
ALMOÇO	Feijão vermelho Arroz Nhoque de abóbora Carne moída em molho Salada: beterraba ralada e chuchu cozido	Feijão carioca Arroz Costelinha assada Aipim cozido Salada: pepino e vagem cozida	Lentilha Arroz Frango assado com batata doce Salada: chuchu cozido e cenoiura ralada	Feijão Preto Arroz Almôndega em molho Batata inglesa cozida Salada: Alface e beterraba ralada	Feijão Preto Arroz Hambúrguer de carne moída assado Purê de aipim Salada: Alface e beterraba ralada
REFEIÇÃO II	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Carne bovina na panela com legumes tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta	Risoto de arroz integral frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce e abóbora assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida 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.	Sanduiche de pão francês com frango, Maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) 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%

* 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					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Quarta Semana	**2ª FEIRA (22/06)**	**3ª FEIRA (23/06)**	**4ª FEIRA (24/06)**	**5ª FEIRA (25/06)**	**6ª FEIRA (26/06)**
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida 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	Dia de São João (montar em forma de mesa) Amendoim torrado Pipoca salgada temperada com açafrão Bolo Salgado Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Suco de uva aquecido 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.	Feijoada Arroz Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**
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 Nhoque de batata doce 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	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.	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Dia de São João (montar em forma de mesa) Amendoim torrado Pipoca salgada temperada com açafrão Bolo Salgado Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Suco de uva aquecido Frutas**	Feijoada Arroz Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ 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**
		403,96KCAL	62g	18g	11g
			62%	18%	24%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

****Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

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

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista 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					
ZONA URBANA					
FAIXA ETÁRIA: 04 a 15 anos					
PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Quinta Semana	**2ª FEIRA (29/06)**	**3ª FEIRA (30/06)**	**4ª FEIRA (01/07)**	**5ª FEIRA (02/07)**	**6ª FEIRA (03/07)**
REFEIÇÃO I	Risoto de frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* 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	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 assado com batata inglesa Salada: Alface, chuchu cozido	Feijão vermelho Arroz Bife bovino acebolado Aboborá assada Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	Lentilha Arroz Costelinha Suína assada Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface e brócolis cozido	Feijão preto Arroz Nhoque Carne moída em molho Salada: Vagem cozida e Repolho	Feijão carioca Arroz Panqueca de carne moída Salada: beterraba ralada e pepino fatiado
REFEIÇÃO II	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Risoto de frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, cenoura 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**
		403,96KCAL	62g	18g	11g
			62%	18%	24%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

****Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

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

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 19/05/2026 16:04:41-0300
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: 06 a 10 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

JUNHO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (01/06)	3ª FEIRA (02/06)	4ª FEIRA (03/06)	5ª FEIRA (04/06)	6ª FEIRA (05/06)
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	Feijão preto Arroz com açafrão Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Leite com cacau* Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Panqueca verde de carne moída Salada: repolho e chuhu cozido		Feijão vermelho Arroz Carne suína moída Nhoque de abóbora Salada: alface e repolho refogado	Feriado	Ponto Facultativo
REFEIÇÃO II	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Leite com cacau* Frutas	Feijão preto Arroz com açafrão Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, Salada: Alface, rabanete fatiado 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	Feriado	Ponto Facultativo

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					
JUNHO DE 2026					
Segunda Semana	**2ª FEIRA (08/06)**	**3ª FEIRA (09/06)**	**4ª FEIRA (10/06)**	**5ª FEIRA (11/06)**	**6ª FEIRA (12/06)**
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 em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Filé de tilapia assada com batata doce Salada: Alface, beterraba ralada Frutas
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Bife de gado acebolado Purê de batata Salada: pepino e beterraba cozida		Lentilha Arroz Panqueca de abóbora e carne moída Salada: alface e beteraba cozida	Feijão Preto Arroz com açafrão Nhoque de batata doce Frango em molho 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	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Filé de tilapia assada com batata doce Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Polenta cremosa Frango em molho com legumes Salada: repolho ralado e chuchu cozido Frutas	Macarrão com legumes: Macarrão espaguete + peito de frango em cubos 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 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					
JUNHO DE 2026					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (15/06)**	**3ª FEIRA (16/06)**	**4ª FEIRA (17/06)**	**5ª FEIRA (18/06)**	**6ª FEIRA (19/06)**
REFEIÇÃO I	Risoto de frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Bolo salgado de frango 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
ALMOÇO	Feijão vermelho Arroz Nhoque de abóbora Carne moída em molho Salada: beterraba ralada e chuchu cozido		Lentilha Arroz Frango assado com batata doce Salada: chuchu cozido e cenoiura ralada	Feijão Preto Arroz Almôndega em molho Batata inglesa cozida Salada: Alface e beterraba ralada	
REFEIÇÃO II	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Batida de Abacate e banana* Frutas	Lentilha Arroz Integral Moela em molho com legumes Farofa de casca de batata doce e ora-pro-nóbis Salada: Alface, cenoura ralada Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado Frutas	Risoto de frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida 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**
		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

JUNHO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (22/06)	3ª FEIRA (23/06)	4ª FEIRA (24/06)	5ª FEIRA (25/06)	6ª FEIRA (26/06)
REFEIÇÃO I	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Macarrão com legumes Macarrão espaguete + peito de frango em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola. Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas OBS: servir o macarrão separado do acompanhamento	Dia de São João (montar em forma de mesa) Amendoim torrado Pipoca salgada temperada com açafrão Bolo Salgado Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Suco de uva aquecido 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.	Feijoada Arroz Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**
ALMOÇO	Feijão preto Arroz Escondidinho de aipim com carne moída Salada: Vagem cozida e Repolho		Lentilha Arroz Carne bovina em molho Nhoque de batata doce Salada: Alface e brócolis cozido	Feijão Preto Arroz Frango assado empanado com batata inglesa Salada: Alface, chuchu cozido	
REFEIÇÃO II	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.	Feijoada Arroz Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**	Dia de São João (montar em forma de mesa) Amendoim torrado Pipoca salgada temperada com açafrão Bolo Salgado Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Suco de uva aquecido Frutas**	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Macarrão com legumes Macarrão espaguete + peito de frango em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola. Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas OBS: servir o macarrão separado do acompanhamento

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.

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 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO DE 2026

Quinta Semana	2ª FEIRA (29/06)	3ª FEIRA (30/06)		5ª FEIRA (02/07)	6ª FEIRA (03/07)
REFEIÇÃO I	Sanduiche de pão francês com frango, Maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Carne bovina na panela com legumes tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Batida de Abacate e banana* Frutas	Risoto de arroz integral frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce e abóbora assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida 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.
ALMOÇO	Feijão preto Arroz Nhoque Carne moída em molho Salada: Vagem cozida e Repolho		Feijão carioca Arroz Panqueca de carne moída Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	Feijão vermelho Arroz Bife bovino acebolado Aboborá assada Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	
REFEIÇÃO II	Sanduiche de pão francês com frango, Maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* Frutas	Risoto de arroz integral frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce e abóbora assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida 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.	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Batida de Abacate e banana* Frutas	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Carne bovina na panela com legumes tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, 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**
	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: 19/05/2026 16:02:23-0300
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: 06 a 15 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (01/06)**	**3ª FEIRA (02/06)**	**4ª FEIRA (03/06)**	**5ª FEIRA (04/06)**	**6ª FEIRA (05/06)**
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	Feijão preto Arroz com açafrão Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Leite com cacau* Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Panqueca verde de carne moída Salada: repolho e chuhu cozido	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado Cabotiá refogada Salada: cenoura ralada e pepino fatido	Feijão vermelho Arroz Carne suína moída Nhoque de abóbora Salada: alface e repolho refogado	Feriado	Ponto Facultativo
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 cobertura de pasta de amendoim Leite com cacau Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
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: 06 a 15 anos

PERÍODO INTEGRAL

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

JUNHO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (08/06)	3ª FEIRA (09/06)	4ª FEIRA (10/06)	5ª FEIRA (11/06)	6ª FEIRA (12/06)
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 em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Filé de tilapia assada com batata doce Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado Frutas
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Bife de gado acebolado Purê de batata Salada: pepino e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz com açafrão Nhoque de batata doce Frango em molho Salada: Alface, cenoura cozida	Lentilha Arroz Panqueca de abóbora e carne moída Salada: alface e beteraba cozida		
REFEIÇÃO II	Pastel assado com recheio de carne moída Chá Frutas	Wafler salgado (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: 06 a 15 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (15/06)**	**3ª FEIRA (16/06)**	**4ª FEIRA (17/06)**	**5ª FEIRA (18/06)**	**6ª FEIRA (19/06)**
REFEIÇÃO I	Risoto de frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado 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 vermelho Arroz Nhoque de abóbora Carne moída em molho Salada: beterraba ralada e chuchu cozido	Feijão Preto Arroz Almôndega em molho Batata inglesa cozida Salada: Alface e beterraba ralada	Lentilha Arroz Frango assado com batata doce Salada: chuchu cozido e cenoiura 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: 06 a 15 anos					
PERÍODO INTEGRAL					
Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais					
JUNHO DE 2026					
Quarta Semana	**2ª FEIRA (22/06)**	**3ª FEIRA (23/06)**	**4ª FEIRA (24/06)**	**5ª FEIRA (25/06)**	**6ª FEIRA (26/06)**
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.	Macarrão com legumes Macarrão espaguete + peito de frango em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola. Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas OBS: servir o macarrão separado do acompanhamento	Wafler de massa de bolo de banana, pasta de amendoim frutas secas com farinha integral Suco de uva Frutas	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Feijoada Arroz Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**
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 Nhoque de batata doce Salada: Alface e brócolis cozido		
REFEIÇÃO II	Mini pizza com farinha integral com carne moída e tomate Batida de abacate com banana Frutas	Esfira de frango Leite com cacau Frutas	Dia de São João (montar em forma de mesa) Amendoim torrado Pipoca salgada temperada com açafrão Bolo Salgado Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Suco de uva aquecido 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.

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: 06 a 15 anos

PERÍODO PARCIAL/INTEGRAL

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

JUNHO DE 2026

Quinta Semana	2ª FEIRA (29/06)	3ª FEIRA (30/06)		5ª FEIRA (02/07)	6ª FEIRA (03/07)
REFEIÇÃO I	Sanduiche de pão francês com frango, Maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* 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.	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Batida de Abacate e banana* Frutas	Risoto de arroz integral frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce e abóbora assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Carne bovina na panela com legumes tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta
ALMOÇO	Feijão preto Arroz Nhoque Carne moída em molho Salada: Vagem cozida e Repolho	Feijão vermelho Arroz Bife bovino acebolado Aboborá assada Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	Feijão carioca Arroz Panqueca de carne moída Salada: beterraba ralada e pepino fatiado		
REFEIÇÃO II	Esfira de carne Suco de uva aquecido Frutas	Wafler salgado café com leite	Pizza de carne moída, tomate e orégano Chá de ervas 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: 19/05/2026 16:02:23-0300

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					
JUNHO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (01/06)**	**3ª FEIRA (02/06)**	**4ª FEIRA (03/06)**	**5ª FEIRA (04/06)**	**6ª FEIRA (05/06)**
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	Feijão preto Arroz com açafrão Frango Assado com batata doce Salada de grão de bico: grão de bico, Salada: Alface, rabanete fatiado Frutas	Bolo salgado de carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Leite com cacau* Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Panqueca verde de carne moída Salada: repolho e chuhu cozido	Feijão Preto Arroz com açafrão Frango assado Cabotiá refogada Salada: cenoura ralada e pepino fatido	Feijão vermelho Arroz Carne suína moída Nhoque de abóbora Salada: alface e repolho refogado	Feriado	Ponto Facultativo
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 cobertura de pasta de amendoim Leite com cacau Frutas	Feriado	Ponto Facultativo
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					
JUNHO DE 2026					
Segunda Semana	**2ª FEIRA (08/06)**	**3ª FEIRA (09/06)**	**4ª FEIRA (10/06)**	**5ª FEIRA (11/06)**	**6ª FEIRA (12/06)**
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 em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas	Feijão Preto Arroz com cenoura ralada Filé de tilapia assada com batata doce Salada: Alface, beterraba ralada Frutas	Canjiquinha de frango Abóbora cabotiá refogada Salada: Alface, Abobrinha ralada e rabanete fatiado Frutas
ALMOÇO	Feijão Preto Arroz Bife de gado acebolado Purê de batata Salada: pepino e beterraba cozida	Feijão Preto Arroz com açafrão Nhoque de batata doce Frango em molho Salada: Alface, cenoura cozida	Lentilha Arroz Panqueca de abóbora e carne moída Salada: alface e beteraba cozida		Feijão Preto Arroz Frango assado com batata inglesa Salada: Alface, chuchu cozido
REFEIÇÃO II	Pastel assado com recheio de carne moída Chá Frutas	Wafler salgado (massa de bolo salgado) Leite com cacau Frutas	Bolo de banana, frutas secas Batida de abacate com banana Frutas	Wafler salgado (massa de bolo salgado) 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 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					
JUNHO DE 2026					
Terceira Semana	**2ª FEIRA (15/06)**	**3ª FEIRA (16/06)**	**4ª FEIRA (17/06)**	**5ª FEIRA (18/06)**	**6ª FEIRA (19/06)**
REFEIÇÃO I	Risoto de frango Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface, pepino fatiado e vagem cozida Frutas	Bolo salgado de frango e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Suco de Uva (se frio aquecer)* Frutas	Sopa de feijão com macarrão, batata, carne bovina, cenoura, vagem Pão torrado Frutas	Vaca atolada com carne bovina em cubos Couve-folha e ora-pro-nóbis refogada Salada: Alface, rabanete e pepino ralado 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 vermelho Arroz Nhoque de abóbora Carne moída em molho Salada: beterraba ralada e chuchu cozido	Feijão Preto Arroz Almôndega em molho Batata inglesa cozida Salada: Alface e beterraba ralada	Lentilha Arroz Frango assado com batata doce Salada: chuchu cozido e cenoiura ralada		Lentilha Arroz Panqueca de abóbora e carne moída Salada: alface e beteraba cozida
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	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					
JUNHO DE 2026					
Quarta Semana	**2ª FEIRA (22/06)**	**3ª FEIRA (23/06)**	**4ª FEIRA (24/06)**	**5ª FEIRA (25/06)**	**6ª FEIRA (26/06)**
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.	Macarrão com legumes Macarrão espaguete + peito de frango em cubos refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola. Salada: Alface, vagem cozida e beterraba ralada Frutas OBS: servir o macarrão separado do acompanhamento	Wafler de massa de bolo de banana, pasta de amendoim frutas secas com farinha integral Suco de uva Frutas	Polenta cremosa Carne moída bovina em molho com legumes Salada: Repolho e vagem cozida Frutas	Feijoada Arroz Farofa de ora-pro-nóbis e espinafre Couve folha refogada Salada: Alface, rabanete fatiado ½ Fruta**
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 Nhoque de batata doce 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	Esfira de frango Leite com cacau Frutas	Dia de São João (montar em forma de mesa) Amendoim torrado Pipoca salgada temperada com açafrão Bolo Salgado Bolo de abóbora com açúcar mascavo* Suco de uva aquecido Frutas**	Mini pizza com farinha integral com carne moída e tomate 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**
		403,96KCAL	62g	18g	11g
			62%	18%	24%

* Preparação sem açúcar

** As Frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

****Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

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

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista 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					
JUNHO DE 2026					
Quinta Semana	**2ª FEIRA (29/06)**	**3ª FEIRA (30/06)**	**4ª FEIRA (01/07)**	**5ª FEIRA (02/07)**	**6ª FEIRA (03/07)**
REFEIÇÃO I	Sanduiche de pão francês com frango, Maionese de abacate, alface, cenoura e tomate Leite com café* 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	Bolo salgado carne moída e legumes (cenoura, brócolis, salsa, cebolinha,vagem, milho e ervilha) Batida de Abacate e banana* Frutas	Risoto de arroz integral frango enriquecido com vagem e cenoura Batata doce e abóbora assada com temperos naturais Salada: Chuchu cozido e beterraba cozida Frutas	Feijão Vermelho Arroz com espinafre/ora-pro-nóbis ou couve Carne bovina na panela com legumes tomate, vagem cozida, cenoura cozida Salada: Alface, Fruta
ALMOÇO	Feijão preto Arroz Nhoque Carne moída em molho Salada: Vagem cozida e Repolho	Feijão vermelho Arroz Bife bovino acebolado Aboborá assada Salada: beterraba ralada e pepino fatiado	Feijão carioca Arroz Panqueca de carne moída Salada: beterraba ralada e pepino fatiado		Feijão preto Arroz Nhoque Carne moída em molho Salada: Vagem cozida e Repolho
REFEIÇÃO II	Esfira de carne Suco de uva aquecido Frutas	Wafler salgado Café com leite	Pizza de carne moída, tomate e orégano Chá de ervas Frutas	Wafler salgado Café com leite	
Composição nutricional (Média semanal)		**Energia (Kcal)**	**CHO (g)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**
			55% a 65% do VET	**10% a 15% do VET**	**25% a 35% do VET**
		403,96KCAL	62g	18g	11g
			62%	18%	24%

* Preparação sem açúcar

** As frutas oferecer conforme grão de maturação

*** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

****Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais.

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

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 19/05/2026 16:02:23-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br