

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DE BOM SUCESSO DO SUL PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *(Ensino Fundamental I)*

ZONA *(urbana)*

FAIXA ETÁRIA *(6 aos 11 anos)*

PERÍODO *(parcial)*

Necessidades Alimentares Especiais: *(adaptações quando houver necessidade)*

OUTUBRO

| | 2ª FEIRA dia/mês | 3ª FEIRA dia/mês | 4ª FEIRA dia/mês | 5ª FEIRA dia/mês | 6ª FEIRA dia/mês |
|---|--|---|--|---|--|
| Café da manhã 07:15 | Pão com ovo mexido Chá de camomila | Pão bisnaguinha com manteiga Café com leite | Pão com presunto e queijo Chá de Ervas naturais | Bolacha caseira Café com leite | Pão com requeijão Café com leite |
| Semana 14 à 18/10 | Arroz, feijão, ovo cozido Salada de Acelga e tomate Melancia | Macarrão talharim com carne moída refogada com molho de tomate Repolho cru | Purê de batata com carne com frango ao molho de tomate salada de tomate Maçã | Polenta cremosa com coxa de frango ao molho de tomate Salada de couve e tomate | Arroz, lentilha, iscas bovinas com molho de tomate e cenoura e abobrinha cozidos Banana |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | |
| | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET | |
| | | 502,18 | 78g | 19g | 12g |
| | | 61% | 15% | 23% | |

NUTRICIONISTA GABRIELA FERST DE RÉ
CRN 08/17801P

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DE BOM SUCESSO DO SUL PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *(Ensino Fundamental I)*

ZONA *(urbana)*

FAIXA ETÁRIA *(6 aos 11 anos)*

PERÍODO *(parcial)*

Necessidades Alimentares Especiais: *(adaptações quando houver necessidade)*

OUTUBRO

| | 2ª FEIRA dia/mês | 3ª FEIRA dia/mês | 4ª FEIRA dia/mês | 5ª FEIRA dia/mês | 6ª FEIRA dia/mês |
|--|--|---|--|---|--|
| Café da manhã 07:15 | Pão com ovo mexido Chá de camomila | Pão bisnaguinha com manteiga Café com leite | Pão com presunto e queijo Chá de Ervas naturais | Bolacha caseira Café com leite | Pão com requeijão Café com leite |
| Semana 21 à 25/10 | Risoto de frango coxa e sobrecoxa Salada de alface Manga | Macarrão talharim com carne moída refogada com molho de tomate e milho Repolho cru | Cuca caseira Batida de morango, banana, leite e aveia | Arroz, estrogonofe de carne bovina Couve flor e brócolis cozidos Maçã | Bolo de Fubá Suco de polpa de morango Banana |
| Composição nutricional (Média semanal) | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | 497,18 | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | | 82g | 16g | 11g |
| | | 66% | 13% | 20% | |

NUTRICIONISTA GABRIELA FERST DE RÉ
CRN 08/17801P

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DE BOM SUCESSO DO SUL PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *(Ensino Fundamental I)*

ZONA *(urbana)*

FAIXA ETÁRIA *(6 aos 11 anos)*

PERÍODO *(parcial)*

Necessidades Alimentares Especiais: *(adaptações quando houver necessidade)*

OUTUBRO

| | 2ª FEIRA dia/mês | 3ª FEIRA dia/mês | 4ª FEIRA dia/mês | 5ª FEIRA dia/mês | 6ª FEIRA dia/mês |
|---|---|--|--|---|--|
| Café da manhã 07:15 | Pão com ovo mexido Chá de camomila | Pão bisnaguinha com manteiga Café com leite | Pão com presunto e queijo Chá de Ervas naturais | Bolacha caseira Café com leite | Pão com requeijão Café com leite |
| Semana 28 à 01/11 | Sanduíche de Pão francês com presunto e queijo Laranja | Polenta com carne moída com molho de tomate Salada de couve folha | Bolacha caseira Leite morno com canela Mamão | Arroz, macarrão caseiro, feijão e coxa sobrecoxa assada Salada de pepino | Pão de queijo Suco de polpa de morango Melão |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | |
| | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET | |
| | | 488 | 74g | 16g | 14g |
| | | 59% | 14% | 27% | |

NUTRICIONISTA GABRIELA FERST DE RÉ

CRN 08/17801P