

**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**

	<b>2ª FEIRA</b> dia/mês	<b>3ª FEIRA</b> dia/mês	<b>4ª FEIRA</b> dia/mês	<b>5ª FEIRA</b> dia/mês	<b>6ª FEIRA</b> dia/mês
<b>Café da manhã</b> 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
<b>Semana</b> <b>14 à 18/10</b>	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
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>	
		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**

	<b>2ª FEIRA</b> dia/mês	<b>3ª FEIRA</b> dia/mês	<b>4ª FEIRA</b> dia/mês	<b>5ª FEIRA</b> dia/mês	<b>6ª FEIRA</b> dia/mês
<b>Café da manhã</b> 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
<b>Semana</b> 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
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		497,18	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**

	<b>2ª FEIRA</b> dia/mês	<b>3ª FEIRA</b> dia/mês	<b>4ª FEIRA</b> dia/mês	<b>5ª FEIRA</b> dia/mês	<b>6ª FEIRA</b> dia/mês
<b>Café da manhã</b> 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
<b>Semana</b> 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
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>	
		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**