

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 (*integral*)

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

MARÇO

	2ª FEIRA dia/mês	3ª FEIRA dia/mês	4ª FEIRA dia/mês	5ª FEIRA dia/mês	6ª FEIRA dia/mês
Lanche 10:00h	Pão francês com queijo Café com leite	Pão com Nata Café com leite	Pão francês com queijo e presunto Café com leite	-	-
Almoço 11:40h	Arroz, feijão, batata doce assada, carne em músculo Salada de alface	Arroz, feijão, macarrão caseiro, carne moída Salada de chuchu Suco de frutas	Arroz, feijão, estrogonofe de gado, salada de cenoura cozida	-	-
Lanche 14:10h	Macarrão caseiro com carne moída e salada de chuchu	Polenta com carne moída Salada de alface	Broa de milho com doce de frutas caseiro Suco de polpa	-	-
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)P		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	1040,37		145,6g	47,3g	29,3g
			56,4%	18,1%	25,5%

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 (*integral*)

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

MARÇO

	2ª FEIRA dia/mês	3ª FEIRA dia/mês	4ª FEIRA dia/mês	5ª FEIRA dia/mês	6ª FEIRA dia/mês
Lanche 10:00h	Pão francês integral com queijo Café com leite	Iogurte de Coco/Morango Pão francês com queijo e presunto	Batida de banana, aveia e morango Mini pão francês com queijo	-	-
Almoço 11:40h	Macarrão caseiro, lentilha, batata inglesa cozida, carne em músculo Salada de alface	Arroz, feijão, mandioca cozida, carne moída Salada de chuchu Suco de frutas	Polenta, batata doce cozida e feijão, coxa e sobrecoxa em molho Salada de beterraba Suco de polpa	-	-
Lanche 14:10h	Bolo inglês Manga Suco de polpa	Pão francês com carne moída	Bolacha de polvilho doce Suco de frutas	-	-
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)P		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	1.119,63		180,54g	33,86g	29,11g
			64,5%	12,1%	23,4%

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 (*integral*)

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

MARÇO

	2ª FEIRA dia/mês	3ª FEIRA dia/mês	4ª FEIRA dia/mês	5ª FEIRA dia/mês	6ª FEIRA dia/mês
Lanche 10:00h	Pão francês com ovo mexido e Café com leite	Pão francês com presunto e queijo e Café com leite	Pão francês com doce de frutas caseiro e Achocolatado Natural	-	-
Almoço 11:40h	Arroz, feijão, Polenta com coxa de frango ao molho Salada de alface	Arroz, feijão, batata doce assada, ovo cozido Salada de tomate	Arroz, feijão, mandioca cozida, peito de frango grelhado, salada de tomate Suco em polpa	-	-
Lanche 14:10h	Macarrão com carne moída e salada de chuchu cozido Abacaxi	Polenta com molho de carne moída Salada de cenoura cozida Banana	Cuca caseira Batida de leite com banana e morango	-	-
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)P		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	1.080,6		156,95g	36,4g	34,09g
			58,1%	13,5%	28,4%

NUTRICIONISTA GABRIELA FERST DE RÉ CRN 08/17801P