

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)*

AGOSTO (1ª SEMANA) Dia 04-08/08

	2ª FEIRA dia/mês	3ª FEIRA dia/mês	4ª FEIRA dia/mês	5ª FEIRA dia/mês	6ª FEIRA dia/mês
Lanche 10:00h	Bolo de fubá Frutas	Pão com carne moída Fruta	Carreteiro com iscas bovinas Salada	Pão de leite com doce/requeijão Leite com cacau	Arroz, feijão e sobrecoxa assada Salada
Almoço 11:40h	Arroz, feijão, batata inglesa cozida, carne de músculo em molho Salada	Arroz, feijão, macarrão ao molho branco, frango grelhado Salada	Arroz, feijão, polenta, carne moída em molho Salada	-	-
Lanche 14:10h	Macarrão com carne moída	Risoto de frango Salada	Pão de queijo iogurte de frutas	Pão de leite com doce/requeijão Leite com cacau	Arroz, feijão e sobrecoxa assada Salada
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 56,4%	47,3g 18,1%	29,3g 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)*

AGOSTO (2 º SEMANA) DIA 11-15/08

	2ª FEIRA dia/mês	3ª FEIRA dia/mês	4ª FEIRA dia/mês	5ª FEIRA dia/mês	6ª FEIRA dia/mês
Lanche 10:00h	Risoto de frango Salada	Bolo de fubá Fruta	Arroz, estrogonofe de frango Salada	Arroz, feijão e farofa de ovo Salada	Pão com presunto, queijo e tomate Fruta
Almoço 11:40h	Arroz, feijão, macarrão alho e óleo, carne moída em molho Salada	Arroz, feijão, polenta cozida, molho de frango desfiado Salada	Arroz, feijão, purê de batata , carne de músculo em molho Salada	-	-
Lanche 14:10h	Sopa de macarrão com legumes	Carreteiro com iscas bovinas Salada	Cuca iogurte de morango Fruta	Arroz, feijão e farofa de ovo Salada	Pão com presunto, queijo e tomate Fruta
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
		1.105,5	168,5g 61%	38,6g 14%	30,7g 25%

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)*

AGOSTO (3ª SEMANA) DIA 18-22/08

	2ª FEIRA dia/mês	3ª FEIRA dia/mês	4ª FEIRA dia/mês	5ª FEIRA dia/mês	6ª FEIRA dia/mês
Lanche 10:00h	Sagu com creme branco Fruta	Risoto de frango com legumes Salada	Bolo de cenoura Fruta Suco	Arroz, feijão, iscas bovinas ao molho Salada	Macarrão com carne moída Salada
Almoço 11:40h	Arroz, feijão, batata inglesa cozida, carne de porco cozida, Salada	Arroz, feijão, estrogonofe de gado Salada	Arroz, feijão, legumes cozidos (cenoura, abobrinha e batata salsa), carne moída Salada	-	-
Lanche 14:10h	Polenta com frango desfiado Salada	Torta salgada de frango Fruta	Broa com requeijão/doce Fruta Suco	Arroz, feijão, iscas bovinas ao molho Salada	Macarrão com carne moída Salada
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
	1.154,7		178,9g	34,6g	33,3g
			62%	12%	26%

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)*

AGOSTO (4ª SEMANA) DIA 25-29/08

	2ª FEIRA dia/mês	3ª FEIRA dia/mês	4ª FEIRA dia/mês	5ª FEIRA dia/mês	6ª FEIRA dia/mês
Lanche 10:00h	Carreteiro com músculo Salada	Bolo de cacau Frutas	Pão com presunto e queijo Frutas	Arroz, feijão, carne de músculo em molho Salada	Frutas picadas (3 opções)
Almoço 11:40h	Arroz, feijão, macarrão ao molho branco, tilápia grelhada/assada Salada	Arroz, feijão, purê de batata, frango grelhado Salada	Arroz, feijão, macarrão e farofa de ovos Salada	-	-
Lanche 14:10h	Macarrão com carne moída Salada	Pão de queijo Frutas	Arroz, estrogonofe de gado Salada	Arroz, feijão, carne de músculo em molho Salada	Frutas picadas (3 opções)
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
		1.098,3	161,9g	32,9g	35,5g
			59%	12%	29%

NUTRICIONISTA GABRIELA FERST DE RÉ CRN 08/17801P