

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PAPANDUVA – SC
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
ENSINO FUNDAMENTAL – 05 A 11 ANOS - PERÍODO PARCIAL

CARDAPIO 2024

| REFEIÇÃO - HORARIO | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|----------------------|--|---|--|---|--|
| 10 E 15 HORAS | REVIRADO OVOS MEXIDOS E SALADA feijão, farinha de milho, arroz, ovos, beterraba e temperos | RISOTO COM LEGUMES SALADA frango, arroz, cenoura, acelga temperos | PUDIM DE CHOCOLATE E FRUTA Amido de milho, leite, chocolate 50% cacau em pó e banana | QUIRERINHA CARNE SUÍNA SALADA quirerinha, carne suína, repolho, tomate e temperos | FEIJÃO COM ARROZ CARNE SALADA E FRUTA. feijão, arroz, carne bovina couve-flor e Maçã |
| SUBSTITUIÇÃO | ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA arroz, feijão, beterraba, sal e temperos. | SOPA DE FRANGO COM LEGUMES frango, macarrão, cenoura, repolho e temperos. | SAGU COM SUCO DE UVA MOLHO DE LEITE E FRUTA Suco de uva integral, sagu, leite, amido de milho, açúcar e banana | POLENTA FRANGO AO MOLHO E SALADA fubá, frango, beterraba e temperos | |

- **OPTAR PELAS SOPAS NOS DIAS FRIOS**
- **PREPARAÇÃO DOCE É RESTRITA A UMA VEZ NA SEMANA**
- **O SERVIMENTO DE FRUTAS É DE ACORDO COM A ÉPOCA, PODENDO SER DIARIAMENTE**
- **TODOS OS PROCESSOS DE EXECUÇÃO DOS CARDÁPIOS DEVEM SER DE ACORDO COM AS ORIENTAÇÕES DO MANUAL DE BOAS PRÁTICAS E FICHAS TÉCNICAS**

TEMPEROS DISPONÍVEIS: óleo de soja, banha suína, sal, azeite de oliva, alho, cebola, açafrão da terra, orégano, canela, gengibre, louro em folhas, noz moscada e cheiro verde produzido na horta escolar.

REFERENCIAS:

Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009

RESOLUÇÃO Nº 06, DE 08 DE MAIO DE 2020

GUIA ALIMENTAR PARA POPULAÇÃO BRASILEIRA – 2ª edição - 2015

| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
|---|-------------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| | 333 | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 49g | 11.70g | 11g |
| 54% | | 12% | 26% | |

Luzia de Fatima Bialéski –CRN 10 1313

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PAPANDUVA – SC
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
ENSINO FUNDAMENTAL – 05 A 11 ANOS - PERÍODO PARCIAL

CARDÁPIO 2024

| REFEIÇÃO: | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|--|--|---|---|--|---|
| REFEIÇÃO: 10 E 15 HORAS | PIEROGI AO MOLHO DE FRANGO SALADA pierogi, sobrecoxa, repolho e temperos | SOPA DE FEIJÃO COM CARNE SUÍNA E FRUTA feijão, carne suína, repolho, cenoura, macarrão e temperos e laranja | BROA DE CENTEIO COM NATA CHÁ MATE E FRUTA farinha de trigo, centeio, fermento biológico, banha, sal, açúcar, nata, erva de chá mate e banana. | FAROFA DE CARNE COM LEGUMES E SUCO DE UVA INTEGRAL farinha de milho, ovos carne moída, cenoura, repolho temperos e suco. | FEIJÃO ARROZ CARNE E SALADA. feijão, arroz, frango sobrecoxa, brócolis e temperos |
| SUBSTITUIÇÃO: | | ARROZ FEIJÃO CARNE E FRUTA. carne suína, feijão, arroz, brócolis, laranja, sal e temperos | MACARRÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO E SALADA macarrão, carne bovina moída salada de couve flor e cebola | | |

- **OPTAR PELAS SOPAS NOS DIAS FRIOS**
- **PREPARAÇÃO DOCE É RESTRITA A UMA VEZ NA SEMANA**
- **O SERVIMENTO DE FRUTAS É DE ACORDO COM A ÉPOCA, PODENDO SER DIARIAMENTE**
- **TODOS OS PROCESSOS DE EXECUÇÃO DOS CARDÁPIOS DEVEM SER DE ACORDO COM AS ORIENTAÇÕES DO MANUAL DE BOAS PRÁTICAS E FICHAS TÉCNICAS**

TEMPEROS DISPONÍVEIS: óleo de soja, banha suína, sal, azeite de oliva, alho, cebola, açafrão da terra, orégano, canela, gengibre, louro em folhas, noz moscada e cheiro verde produzido na horta escolar

REFERENCIAS:

Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009

RESOLUÇÃO Nº 06, DE 08 DE MAIO DE 2020

GUIA ALIMENTAR PARA POPULAÇÃO BRASILEIRA – 2ª edição - 2015

| Composição nutricional | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
|------------------------|----------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|
| (Média semanal) | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | 362 | 50g | 13g | 11g |
| | | 57% | 14% | 26% |

Luzia de Fatima Bialéski – CRN 10 1313

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PAPANDUVA – SC
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

ENSINO FUNDAMENTAL – 05 A 11 ANOS - PERÍODO PARCIAL

CARDÁPIO 2024

| | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|--|--|---|---|--|---|
| REFEIÇÃO: 10 E 15 HORAS | SOPA NUTRITIVA frango, batata inglesa, batata doce cenoura brócolis e temperos | FILÉ DE TILÁPIA ASSADA BATATA SOUTÊ E SALADA filé de tilápia batata inglesa, repolho e temperos | IOGURTE E FRUTA iogurte e banana | ARROZ CARRETEIRO E SALADA arroz, carne bovina cenoura, tomate, acelga e temperos | FEIJÃO COM ARROZ OMELETE SALADA E FRUTA feijão arroz, ovos repolho, aranja e temperos |
| SUBSTITUIÇÃO: | STROGONOFF DE AIPIM COM FRANGO, ARROZ E SALADA frango peito, aipim, cenoura e brócolis | PEIXE AO MOLHO BATATA E SALADA filé de tilápia, batata, tomate e couve flor | BISCOITO CASEIRO CHOCOLATE E FRUTA biscoito caseiro leite integral chocolate 50% cacau e banana | | |

- **OPTAR PELAS SOPAS NOS DIAS FRIOS**
- **PREPARAÇÃO DOCE É RESTRITA A UMA VEZ NA SEMANA**
- **O SERVIMENTO DE FRUTAS É DE ACORDO COM A ÉPOCA, PODENDO SER DIARIAMENTE**
- **TODOS OS PROCESSOS DE EXECUÇÃO DOS CARDÁPIOS DEVEM SER DE ACORDO COM AS ORIENTAÇÕES DO MANUAL DE BOAS PRÁTICAS E FICHAS TÉCNICA**

TEMPEROS DISPONÍVEIS: óleo de soja, banha suína, sal, azeite de oliva, alho, cebola, açafrão da terra, orégano, canela, gengibre, louro em folhas, noz moscada e cheiro verde produzido na horta escolar

REFERENCIAS:

Lei nº 11.947, de 16 de junho de 2009

RESOLUÇÃO Nº 06, DE 08 DE MAIO DE 2020

GUIA ALIMENTAR PARA POPULAÇÃO BRASILEIRA – 2ª edição - 2015

| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
|---|----------------|------------|------------------|------------------|
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET |
| | 395 | 54g | 12.9g | 9g |
| | | 59% | 13 % | 21% |

Luzia de Fatima Bialéski – CRN 10 1313