

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO: ENSINO PRÉ-ESCOLA E FUNDAMENTAL
NOVEMBRO/ 2024

DATA	CAFÉ DA MANHÃ 07h45min	ALMOÇO 10h20min
06/11/2024 Quarta-feira	Suco de laranja Ovos mexidos.	Arroz, feijão, ovos cozidos ao molho. *MELANCIA*
07/11/2024 Quinta-feira	Leite integral com cacau Rosquinha de coco	Arroz temperado ao molho de frango desfiado e cenoura.
08/11/2024 Sexta-feira	Suco de laranja com Bolo simples	Arroz, feijão tropeiro. Salada de alface (HORTA). *BANANA.*
11/11/2024 Segunda- feira	Leite integral com cacau Bolo de cacau	Arroz, feijão, tutu de feijão com ovos. (MELANCIA).
12/11/2024 Terça-feira	Suco de laranja Pão com margarina	Arroz, feijão, escondidinho de batata com frango. (Verduras HORTA).
13/11/2024 Quarta-feira	Leite integral com café Bolo simples	Arroz, feijão, carne suína desfiada. Salada de repolho
14/11/2024 Quinta-feira	Suco de laranja Biscoito água e sal	Arroz, feijão, macarronada ao molho de frango. *ABACAXI* Salada de alface (HORTA).
FERIADO		
18/11/2024 Segunda- feira	Leite integral com café Torrada de pão francês	Arroz, feijão, omelete de forno. (Verduras HORTA). *BANANA*

19/11/2024 Terça-feira	Suco de laranja Bolo simples	Arroz, feijão, frango refogado com angu. (Verduras HORTA).
20/11/2024 Quarta-feira	Leite integral com cacau Pão francês com margarina	Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne moída. (VERDURAS HORTA).
21/11/2024 Quinta-feira	Suco de laranja Bolo de fubá	Arroz, feijão, macarrão (parafuso) com molho de frango *BANANA*
22/11/2024 Sexta-feira	Leite integral com café Biscoito água e sal	Arroz, feijão, macarrão a bolonhesa. (VERDURA DA HORTA).
25/11/2024 Segunda- feira	Leite integral com cacau Biscoito água e sal	Arroz, feijão, omelete de forno. *MAÇÃ*
26/11/2024 Terça-feira	Suco de laranja Bolo de cacau	Arroz, feijão, polenta ao molho de carne moída. (VERDURA DA HORTA).
27/11/2024 Quarta-feira	Leite integral com café Pão francês com margarina	Arroz, feijão tropeiro. (VERDURA DA HORTA). * MELANCIA*
28/11/2024 Quinta-feira	Suco de laranja Rosquinha de coco	Arroz temperado com frango desfiado e cenoura.
29/11/2024 Sexta-feira	Leite integral com cacau Ovos mexidos	Arroz, feijão, carne suína em cubos. Salada de repolho.
02/12/2024 Segunda- feira	Suco de laranja Torrada de pão francês	Arroz, feijão, viradinho de ovo com cenoura *BANANA*
03/12/2024 Terça-feira	Leite integral com café Bolo de cacau	Arroz, feijão, macarrão com molho de frango. (VERDURA DA HORTA).

Cálculo Nutricional

Média semanal do cardápio	Energia (Kcal)	Proteína		Lipídeos		Carboidrato		Na (mg)
		(g)	(%)	(g)	(%)	(g)	(%)	