

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO: ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL/ CAIC, COMENDADOR E CLÓVIS
OUTUBRO/ 2024

DATA	CAFÉ DA MANHÃ 07h45min	ALMOÇO 10h20min	LANCHE 14h	JANTAR 15h30min
02/10/2024	Leite integral com cacau, Bolo de farinha de milho	Arroz, feijão, tutu de feijão com ovos. (Verduras HORTA).	Leite integral com cacau e bolacha de maisena	Pão com ovos mexidos
03/10/2024	Suco de amora, Pão com margarina.	Arroz, feijão, frango com creme de milho. (Verduras HORTA).	Ovos mexidos e suco de amora	Arroz, feijão, polenta com molho de frango.
04/10/2024	Leite integral com café, Bolo comum.	Arroz, feijão, escondidinho de carne moída com mandioca. * BANANA PRATA*	Suco de amora e pipoca	Macarronada com molho de carne moída
07/10/2024	Cachorro quente/ Suco natural de abacaxi	Arroz, feijão, viradinho de ovos. Salada de beterraba.	Leite integral com cacau e bolacha água e sal	Torta de liquidificador de frango e suco de morango
08/10/2024	Biscoito com pernil/ Suco de morango	Arroz, Feijão tropeiro (VERDURA DA HORTA)	Tortinha de frango e suco de morango	Arroz temperado com carne moída.
09/10/2024	Bolo de chocolate / iogurte/ Mesa de frutas	Arroz, feijão, polenta com molho de frango.	Pão francês com ovos mexidos e leite com café	Arroz, feijão, omelete de forno.
10/10/2024	Pão com carne moída/	Arroz, carne moída com batata.	Vitamina de	Macarronada ao molho de frango desfiado

DIRETORIA DE
ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



SECRETARIA DE
EDUCAÇÃO

	Suco de maracujá		banana com aveia e bolacha de maisena	
11/10/2024	Bolacha de maisena/ Leite com cacau	Arroz, strogonoff de frango e batata palha.	Bolo de cacau e leite com café	Arroz, feijão, salada de macarrão com frango desfiado.
21/10/2024				
22/10/2024				
23/10/2024	Bolacha de maisena e leite com cacau.	Arroz, feijão, vaca atolada. (VERDURA DA HORTA). *MAMÃO*	Suco de amora e pipoca	Sopa de macarrão ave maria com frango.
24/10/2024	Suco de laranja com ovos mexidos.	Arroz, feijão, Salada de macarrão com frango desfiado. Salada de tomate.	Leite integral com cacau e bolacha água e sal	Pão com ovos mexidos e suco de laranja.
25/10/2024	Bolo simples, leite com café.	Arroz, feijão, polenta ao molho de carne desfiada. (VERDURA DA HORTA) . *MAÇA*	Ovos mexidos e suco de laranja	Arroz, feijão tutu de feijão com ovos .
28/10/2024	Bolacha água e sal e leite com cacau.	Arroz, feijão, ovos cozidos. Salada de tomate.	Leite integral com cacau e bolo de fubá	Torta de liquidificador de frango e suco de laranja
29/10/2024	Bolo de cacau e suco de laranja.	Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne. (VERDURA DA HORTA).	Torta de liquidificador de carne e suco de laranja	Pão com margarina e leite com cacau.
30/10/2024	Pão com margarina e leite com café.	Arroz, feijão, frango refogado, angu. *MELANCIA*	Rosquinha de coco suco de laranja	Macarronada ao molho de frango.
31/10/2024	Rosquinha de coco e leite	Arroz, feijão, carne suína em	Ovos mexidos e	Arroz temperado com carne suína.

Marília Vieira Domingues
Nutricionista-CRN 9 18124

Mariana Chaves Silveira
Nutricionista- CRN9 31935

Priscilla Alves Pereira Lima
Nutricionista- CRN9 12642

	com cacau.	cubos. Salada de abóbora.	suco de laranja	
01/11/2024	Torrada de pão francês e leite com café.	Arroz, feijão, macarronada ao molho de frango. (VERDURA DA HORTA).	Leite integral com cacau e bolacha de maisena	Arroz, feijão tropeiro.
04/11/2024	Bolacha água e sal e leite com cacau.	Arroz, feijão, ovos cozidos. Salada de tomate.	Bolo simples e leite com cacau	Torta de liquidificador de carne e suco de laranja.
05/11/2024	Bolo de cacau e suco de laranja.	Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne. (VERDURA DA HORTA).	Torta de liquidificador de frango e suco de laranja	Macarronada ao molho de carne.

Cálculo Nutricional

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