

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTA ISABEL SÃO PAULO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

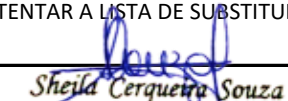
CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO (Infantil e Fundamental)

FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS PERÍODO (Parcial)

1 SEMANA 06 DE ABRIL / 04 DE MAIO / 01 DE JUNHO / 29 DE JUNHO

| | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|--|--|--|---|--|---|
| DESJEJUM 7:00 | LEITE COM CACAU 100% +BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO | BOLO MESCLADO (TRIGO, FERMENTO, ACUCAR ,OLEO, CACAU) + LEITE COM CACAU 100% | FRUTA | DANETE (LEITE, AMIDO E CACAU) | LEITE COM CACAU 100%+BISCOITO MAISENA |
| ALMOÇO 9:30/15:00 h | SALADA DE BETERRABA + MACARRAO COM MOLHO DE PTS (PTS , ALHO, CEBOLA, PIMENTAO, TOMATE SALSINHA E EXTRATO DE TOMATE) | SALADA DE ESCAROLA + ARROZ+FEIJÃO+ FILE DE TILAPIA AO FORNO (TOMATE, PIMENTAO, CEBOLA, OREGANO + PURE DE BATATA SOBREMESA:FRUTA | ARROZ + (FEIJOADINHA) FEIJÃO PRETO + CARNE SUINA+ FAROFA + SALADA COUVE SOBREMESA :FRUTA | SALADA DE ESCAROLA + ARROZ + FEIJÃO + OMELETE DE FORNO + CENOURA E VAGEM SOBREMESA: FRUTA | SALADA DE ACELGA E TOMATE + ARROZ+ FEIJÃO + CARNE MOÍDA COM ABÓBORA SOBREMESA: FRUTA |
| Composição nutricional (Média semanal)• Cálculo segundo Ferramenta Plan PNAE. | | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | |
| | Energia (Kcal) | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET | |
| | 547,29 kcal. | 106g | 19 g | 20g | |
| | | 68% | 14% | 30% | |

| 2 SEMANA 13 DE ABRIL / 11 DE MAIO / 08 DE JUNHO | | | | | |
|--|---|--|--|---|--|
| | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
| DESJEJUM 7:00 | LEITE COM CACAU 100% + ROSQUINHA CHOCOLATE /COCO | BATIDA BANANA E MAÇA | LEITE COM CACAU 100% +BISCOITO SALGADO COM REQUEIJÃO | FRUTA | LEITE COM CACAU 100% + PAO DOCE COM MANTEIGA |
| ALMOÇO 9:30/15:00 h | SALADA MISTA + MACARRAO COM MOLHO DE PTS (PTS , ALHO, CEBOLA, PIMENTAO, TOMATE SALSINHA E EXTRATO DE TOMATE) | SALADA ACELGA COM CENOURA ARROZ+FEIJÃO + COXAO MOLE EM CUBOS COM MANDIOCA SOBREMESA: FRUTA | ARROZ + (FEIJOADINHA) FEIJÃO PRETO + CARNE SUINA+ FAROFA + SALADA COUVE SOBREMESA :FRUTA | SALADA DE ALFACE + ARROZ + FEIJÃO + OVO COZIDO + BATATA DOCE ASSADA COM AZEITE E ORÉGANO SOBREMESA: FRUTA | GALINHADA (ARROZ +FRANGO EM CUBOS +CENOURA, INHAME E REPOLHO) SOBREMESA:FRUTA |
| Composição nutricional (Média semanal)• Cálculo segundo Ferramenta Plan PNAE. | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | | 103g | 18g | 9g |
| | | 545 ,65 Kcal | 70% | 14% | 16% |
| <p>O HORTIFRUTI SERAO ENTREGUES SEMANALMENTE PARA CUMPRIR O CARDAPIO PROPOSTO, PODENDO SOFRER ALTERACOES PELA NUTRICIONISTA DE ACORDO COM A SAFRA E ENTREGA. HORTIFRUTIS EXCEDENTES ACRESCENTAR AO CARDAPIO DO DIA EVITANDO DESPERDICIO. A CRIANCA QUE RECUSAR A BATIDA DE FRUTA OFERTAR FRUTA. SE ATENTAR A LISTA DE SUBSTITUIÇÃO PARA CRIANÇAS COM RESTRIÇÃO ALIMENTAR</p> | | | | | |


 Sheila Cerqueira Souza
 Nutricionista
 CRN 24.577

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTA ISABEL SÃO PAULO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO (Infantil e Fundamental)

FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS PERIODO (Parcial)

3 SEMANA 20 DE ABRIL / 18 DE MAIO / 15 DE JUNHO

| | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|--|--|---|---|---|---|
| DESJEJUM 7:00 | LEITE COM CACAU 100%+BISCOITO MAISENA | BOLO DE CENOURA (CENOURA,TRIGO, FERMENTO, ACUCAR, OLEO) + LEITE COM CACAU 100% | FRUTA | LEITE COM CACAU 100% +BISCOITO SALGADO COM MANTEIGA | DANETE (LEITE, AMIDO E CACAU) |
| ALMOÇO 9:30/15:00 h | SALADA REPOLHO COM CENOURA + MACARRAO COM MOLHO DE PTS (PTS , ALHO, CEBOLA, PIMENTAO, TOMATE SALSINHA E EXTRATO DE TOMATE) | SALADA DE BETERRABA + ARROZ+FEIJÃO + FILE DE SOBRECOXA (TEMPERADO COM AÇAFRÃO) +ABOBORA REFOGADA SOBREMESA: FRUTA | ARROZ + (FEIJOADINHA) FEIJÃO PRETO + CARNE SUINA+ FAROFA + SALADA COUVE SOBREMESA :FRUTA | SALADA DE ESCAROLA + ARROZ + FEIJÃO + OVO MEXIDO + CENOURA E CHUCHU SOBREMESA: FRUTA | SALADA DE PEPINO + ARROZ + FEIJÃO + COXAO MOLE EM CUBOS + CENOURA REFOGADA SOBREMESA: FRUTA |
| Composição nutricional (Média semanal)• Cálculo segundo Ferramenta Plan PNAE. | | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) |
| | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET |
| | | 584,72kcal | 87g | 25g | 10g |
| | | | 64% | 16% | 15% |

| 4 SEMANA 27 DE ABRIL / 25 DE MAIO / 22 DE JUNHO | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
| DESJEJUM 7:00 | LEITE COM CACAU 100% +BISCOITO SALGADO COM REQUEIJAO | FRAPE DE CHOCOLATE (BANANA, LEITE E CACAU 100%) | LEITE COM CACAU 100% + ROSQUINHA CHOCOLATE /COCO | FRUTA | LEITE COM CACAU 100% + PAO DOCE COM MANTEIGA |
| ALMOÇO 9:30/15:00 h | SALADA DE PEPINO +ARROZ+ESTROGONOFE DE FRANGO + BATATA ASSADA COM AZEITE E OREGANO SOBREMESA: FRUTA | ALADA ALFACE COM TOMATE + ARROZ+FEIJÃO + COXAO MOLE EM CUBOS COM MANDIOCA SOBREMESA: FRUTA | ARROZ + (FEIJOADINHA) FEIJÃO PRETO + CARNE SUINA+ FAROFA + SALADA COUVE SOBREMESA :FRUTA | ESPINAFRE REFOGADO + ARROZ + FEIJÃO + OVO COZIDO CENOURA E BATATA SOBREMESA: FRUTA | SOPA (MACARRÃO LETRINHA, PATINHO MOIDO, CENOURA, CHUCHU, REPOLHO) SOBREMESA: FRUTA |
| Composição nutricional (Média semanal)• Cálculo segundo Ferramenta Plan PNAE. | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN(g) | LPD (g) | |
| | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET | |
| | | 98g | 22 g | 21g | |
| | | 588 kcal | 63% | 14% | 24% |
| O HORTIFRUTI SERAO ENTREGUES SEMANALMENTE PARA CUMPRIR O CARDAPIO PROPOSTO, PODENDO SOFRER ALTERACOES PELA NUTRICIONISTA DE ACORDO COM A SAFRA E ENTREGA. HORTIFRUTIS EXCEDENTES ACRESCENTAR AO CARDAPIO DO DIA EVITANDO DESPERDICIO. A CRIANCA QUE RECUSAR A BATIDA DE FRUTA OFERTAR FRUTA. SE ATENTAR A LISTA DE SUBSTITUIÇÃO PARA CRIANÇAS COM RESTRIÇÃO ALIMENTAR | | | | | |

Sheila Cerqueira Souza
Nutricionista
CRN 24.577