

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES DE LAGUNA - SC

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

ABRIL 2024

	2ª FEIRA - 01/04	3ª FEIRA – 02/04	4ª FEIRA – 03/04	5ª FEIRA – 04/04	6ª FEIRA – 05/04
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Leite c/ Chocolate 50% Bolacha Maria Laranja	Bolo de Fubá c/ Coco Suco Polpa Morango	Bolo de Banana Café com Leite	Torta Salgada de Carne Moída Suco de Maracujá Polpa	Pão Francês c/ Carne Moída e Alface Suco de Uva Integral Laranja Pera
<b>ALMOÇO</b>	Minestra Omelete Laranja Pera	Carreteiro Abóbora Refogada Suco Polpa Abacaxi	Arroz Feijão Preto Frango Ensopado Salada de Alface e Laranja	Macarrão Espaguete Carne Moída Abóbora Refogada Repolho com Rúcula	Arroz Feijão Carne de Panela Abóbora Cabotiá Refogada
<b>LANCHE TARDE</b>	Bolo de Chocolate 50% Cacau com Coco Café com Leite	Torta Salgada de Frango Suco de Uva Integral	Vitamina de Leite com Morango Bolacha Cream Cracker Banana	Bolo de Chocolate com Coco Iogurte de Morango	Vitamina de Banana c/ Mamão Bolacha Cream Cracker
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1750 kcal	277 g	64 g	63 g
			66,9 %	15,4 %	34,4 %

Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694 \_\_\_\_\_ Bruna da Silva Ramos CRN10 4289 \_\_\_\_\_

- Para os alunos intolerantes à lactose, retirar o leite e seus derivados das preparações e substituir por leite sem lactose. No caso do queijo, substituir por omelete.
- Para os alunos celíacos (não podem comer trigo/cevada/aveia) substituir o macarrão por arroz, bolos e pães pela rosquinha de polvilho.
- Para os alunos que possuem diabetes tipo 1 ou 2 deverão: substituir o arroz parboilizado e macarrão pela opção do macarrão e arroz integral. Já os sucos, servir sem adição de açúcar.
- Os hortifrutis poderão sofrer alterações na entrega devido a sazonalidade.
- Sempre respeitar o cardápio proposto, caso necessite de alterações sempre comunicar o setor de alimentação escolar.
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 1 litro de água (vide embalagem).

- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 2 litros de água (vide embalagem).

- TODOS OS ALIMENTOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SÃO PARA CONSUMO EXCLUSIVO DOS ALUNOS, CONFORME PORTARIA N.009/2019.

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES DE LAGUNA - SC

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

## ABRIL 2024

	2ª FEIRA - 08/04	3ª FEIRA – 09/04	4ª FEIRA – 10/04	5ª FEIRA – 11/04	6ª FEIRA – 12/04
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Bolacha Maria Café c/ Leite Laranja	Bolo de Laranja Suco de Uva Integral	logurte c/ Granola e Banana Picada Biscoito Cream Cracker	Pão Caseiro Doce de Banana Caseiro (feito na unidade) Café c/ Leite	Torta Salgada de Frango Suco de Laranja Polpa Goiaba
<b>ALMOÇO</b>	Risoto de Frango Repolho Refogado Laranja Pera	Macarrão Espaguete Carne Moída c/ Abóbora Salada de Pepino	Minestra Ovo Mexido Alface Laranja Pera	Arroz Integral Feijão Preto Carne de Panela c/ Abóbora Brócolis Cozido	Macarrão Parafuso Frango Ensopado Rúcula Suco de Morango Polpa
<b>LANCHE TARDE</b>	Bolo de Chocolate 50% Cacau Suco de Laranja Polpa	Pão Caseiro (fazer na unidade) c/ Manteiga e Queijo Café c/ Leite	Bolo de Banana Suco de Maracujá Polpa	Biscoito Cream Cracker Vitamina de Leite c/ Morango Congelado	Pizza da Escola Suco de Laranja Polpa
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1740 kcal	280 g	65 g	62 g
			67,6 %	15,7 %	33,9 %

**Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694** \_\_\_\_\_ **Bruna da Silva Ramos CRN10 4289** \_\_\_\_\_

- Para os alunos intolerantes à lactose, retirar o leite e seus derivados das preparações e substituir por leite sem lactose. No caso do queijo, substituir por omelete.
- Para os alunos celíacos (não podem comer trigo/cevada/aveia) substituir o macarrão por arroz, bolos e pães pela rosquinha de polvilho.
- Para os alunos que possuem diabetes tipo 1 ou 2 deverão: substituir o arroz parboilizado e macarrão pela opção do macarrão e arroz integral. Já os sucos, servir sem adição de açúcar.
- Os hortifrutis poderão sofrer alterações na entrega devido a sazonalidade.
- Sempre respeitar o cardápio proposto, caso necessite de alterações sempre comunicar o setor de alimentação escolar.
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 1 litro de água (vide embalagem).

- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 2 litros de água (vide embalagem).

- TODOS OS ALIMENTOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SÃO PARA CONSUMO EXCLUSIVO DOS ALUNOS, CONFORME PORTARIA N.009/2019.

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES DE LAGUNA - SC

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

## ABRIL 2024

	2ª FEIRA - 15/04	3ª FEIRA – 16/04	4ª FEIRA – 17/04	5ª FEIRA – 18/04	6ª FEIRA – 19/04
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Leite c/ Chocolate 50% Bolacha Maria Laranja	Bolo de Fubá c/ Coco Suco Polpa Morango	Bolo de Banana Café com Leite	Torta Salgada de Carne Moída Suco de Maracujá Polpa	Pão Francês c/ Carne Moída e Alface Suco de Uva Integral Laranja Pera
<b>ALMOÇO</b>	Minestra Omelete Laranja Pera	Carreteiro Abóbora Refogada Suco Polpa Abacaxi	Arroz Bobó de Frango Brócolis Alface com Laranja	Macarrão Espaguete Carne Moída Abóbora Refogada Repolho com Rúcula	Risoto de Frango Farofa Abobrinha Italiana Refogada Goiaba
<b>LANCHE TARDE</b>	Bolo de Chocolate 50% Cacau com Coco Café com Leite	Torta Salgada de Frango Suco de Uva Integral	Vitamina de Leite com Morango Bolacha Cream Cracker Banana	Bolo de Chocolate com Coco Iogurte de Morango	Vitamina de Banana c/ Mamão Bolacha Cream Cracker
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		1730 kcal	273 g	59 g	62 g
		65,9 %	14,2 %	33,9 %	

**Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694 \_\_\_\_\_ Bruna da Silva Ramos CRN10 4289 \_\_\_\_\_**

- Para os alunos intolerantes à lactose, retirar o leite e seus derivados das preparações e substituir por leite sem lactose. No caso do queijo, substituir por omelete.
- Para os alunos celíacos (não podem comer trigo/cevada/aveia) substituir o macarrão por arroz, bolos e pães pela rosquinha de polvilho.
- Para os alunos que possuem diabetes tipo 1 ou 2 deverão: substituir o arroz parboilizado e macarrão pela opção do macarrão e arroz integral. Já os sucos, servir sem adição de açúcar.
- Os hortifrutis poderão sofrer alterações na entrega devido a sazonalidade.
- Sempre respeitar o cardápio proposto, caso necessite de alterações sempre comunicar o setor de alimentação escolar.
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 1 litro de água (vide embalagem).

- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 2 litros de água (vide embalagem).

- **TODOS OS ALIMENTOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SÃO PARA CONSUMO EXCLUSIVO DOS ALUNOS, CONFORME PORTARIA N.009/2019.**

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES DE LAGUNA - SC

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

## ABRIL 2024

	2ª FEIRA - 22/04	3ª FEIRA – 23/04	4ª FEIRA – 24/04	5ª FEIRA – 25/04	6ª FEIRA – 26/04
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Bolacha Maria Café c/ Leite Laranja	Bolo de Laranja Suco de Uva Integral	Torta Salgada de Frango Suco de Abacaxi Polpa Banana	Pão Caseiro Doce de Banana Caseiro (feito na unidade) Café c/ Leite	Bolo de Chocolate com Coco Café com Leite
<b>ALMOÇO</b>	Risoto de Frango Repolho Refogado Goiaba	Arroz Feijão Preto Carne de Panela Salada de Pepino	Macarrão Espaguete Frango Ensopado Abóbora Refogada Alface	Minestra Omelete Rúcula Laranja Pera	Carreteiro Abobrinha Italiana Refogada Goiaba
<b>LANCHE TARDE</b>	Bolo de Chocolate 50% Cacau Suco de Laranja Polpa	Pão Caseiro (fazer na unidade) c/ Manteiga e Queijo Café c/ Leite	Bolo de Banana Suco de Maracujá Polpa	Biscoito Cream Cracker Vitamina de Leite c/ Morango Congelado	Pizza da Escola Suco de Laranja Polpa
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1720 kcal	257 g	58 g	59 g
			62,1 %	14 %	32,2 %

**Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694** \_\_\_\_\_ **Bruna da Silva Ramos CRN10 4289** \_\_\_\_\_

- Para os alunos intolerantes à lactose, retirar o leite e seus derivados das preparações e substituir por leite sem lactose. No caso do queijo, substituir por omelete.
- Para os alunos celíacos (não podem comer trigo/cevada/aveia) substituir o macarrão por arroz, bolos e pães pela rosquinha de polvilho.
- Para os alunos que possuem diabetes tipo 1 ou 2 deverão: substituir o arroz parboilizado e macarrão pela opção do macarrão e arroz integral. Já os sucos, servir sem adição de açúcar.
- Os hortifrutis poderão sofrer alterações na entrega devido a sazonalidade.
- Sempre respeitar o cardápio proposto, caso necessite de alterações sempre comunicar o setor de alimentação escolar.
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 1 litro de água (vide embalagem).

- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 2 litros de água (vide embalagem).

- **TODOS OS ALIMENTOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SÃO PARA CONSUMO EXCLUSIVO DOS ALUNOS, CONFORME PORTARIA N.009/2019.**

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES DE LAGUNA - SC

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

ABRIL 2024

	2ª FEIRA - 29/04	3ª FEIRA – 30/04			
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Leite c/ Chocolate 50% Bolacha Maria Laranja	Bolo de Fubá c/ Coco Suco Polpa Morango			
<b>ALMOÇO</b>	Minestra Omelete Laranja Pera	Carreteiro Abóbora Refogada Suco Polpa Abacaxi			
<b>LANCHE TARDE</b>	Bolo de Chocolate 50% Cacau com Coco Café com Leite	Torta Salgada de Frango Suco de Uva Integral			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1680 kcal	273 g	61 g	65 g
			65,9 %	14,7 %	35,5 %

**Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694** \_\_\_\_\_ **Bruna da Silva Ramos CRN10 4289** \_\_\_\_\_

- Para os alunos intolerantes à lactose, retirar o leite e seus derivados das preparações e substituir por leite sem lactose. No caso do queijo, substituir por omelete.
- Para os alunos celíacos (não podem comer trigo/cevada/aveia) substituir o macarrão por arroz, bolos e pães pela rosquinha de polvilho.
- Para os alunos que possuem diabetes tipo 1 ou 2 deverão: substituir o arroz parboilizado e macarrão pela opção do macarrão e arroz integral. Já os sucos, servir sem adição de açúcar.
- Os hortifrutis poderão sofrer alterações na entrega devido a sazonalidade.
- Sempre respeitar o cardápio proposto, caso necessite de alterações sempre comunicar o setor de alimentação escolar.
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 1 litro de água (vide embalagem).
- Diluição do suco de uva: para cada 1 litro de suco de uva, adicionar 2 litros de água (vide embalagem).
- **TODOS OS ALIMENTOS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SÃO PARA CONSUMO EXCLUSIVO DOS ALUNOS, CONFORME PORTARIA N.009/2019.**