

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

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

## 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 E TARDE</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	Pão Francês c/ Carne Moída e Alface Suco de Uva Integral Laranja Pera
<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	
		272 kcal	41,5 g	9,2 g	8,3 g
		61,3 %	13,8 %	26,4 %	
<b>Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694 _____ Bruna da Silva Ramos CRN10 4289 _____</b>					

- 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 PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

## 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 E TARDE</b>	Risoto de Frango Repolho Refogado Laranja Pera	Arroz Integral Feijão Preto Carne de Panela c/ Abóbora	iogurte c/ Granola e Banana Picada Biscoito Cream Cracker	Macarrão Espaguete Carne Moída c/ Abóbora Brócolis Cozido Alface	Torta Salgada de Frango 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>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		274 kcal	42,3 g	9,3 g	8,7 g
			62,4 %	13,9 %	27,6 %
<b>Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694 _____ Bruna da Silva Ramos CRN10 4289 _____</b>					

- 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 PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

## 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 E TARDE</b>	Minestra Omelete Laranja Pera	Carreteiro Abóbora Refogada Suco Polpa Abacaxi	Arroz Bobó de Frango Brócolis Rúcula com Laranja	Macarrão Espaguete Carne Moída Abóbora Refogada Repolho com Rúcula	Pão Fatiado com Ovo Mexido Café com Leite Banana
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		277 kcal	43 g	9,7 g	7 g
			63,5 %	14,5 %	22,2 %
<b>Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694 _____ Bruna da Silva Ramos CRN10 4289 _____</b>					

- 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 PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

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 E TARDE</b>	Risoto de Frango Repolho Refogado Goiaba	Arroz Feijão Preto Carne de Panela Salada de Repolho	Torta Salgada de Frango Suco de Abacaxi Polpa Banana	Minestra Omelete Rúcula Laranja Pera	Bolo de Chocolate com Coco Café com Leite
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		280 kcal	44 g	9,8 g	10 g
			65 %	14,7 %	31,8 %
<b>Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694</b>			<b>Bruna da Silva Ramos CRN10 4289</b>		

- 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 PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

ABRIL 2024

	2ª FEIRA - 29/04	3ª FEIRA – 30/04			
<b>LANCHE MANHÃ E TARDE</b>	Minestra Omelete Laranja Pera	Carreteiro Abóbora Refogada Suco Polpa Abacaxi			
<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
			43,4 g	10,2 g	9,7 g
			64,1 %	15,3 %	30,8 %

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.**