

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES DE LAGUNA - SC

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 03/06	3ª FEIRA – 04/06	4ª FEIRA – 05/06	5ª FEIRA – 06/06	6ª FEIRA – 07/06
LANCHE MANHÃ	Leite com Chocolate 50% Bolacha Maria Maçã	Bolo de Chocolate 50% cacau Café com Leite	Torta Salgada de Frango Cenoura Ralada Suco Polpa	Bolacha Cream Cracker Vitamina de Banana com Mamão	Pão de Forma com Doce de Frutas Café com Leite Mamão
ALMOÇO	Risoto de Frango Repolho Refogado Laranja Pera	Arroz Integral Feijão Preto Carne de Panela c/ Abóbora Suco Polpa	Sopa de Legumes com Frango Abacaxi	Macarrão Parafuso Carne Moída Suco de Uva Integral Banana	Arroz Vaca Atolada Salada de Repolho com Tomate Suco Polpa
LANCHE TARDE	Bolo de Cenoura Suco Polpa	Torta Salgada de Carne moída Suco de Uva Integral	Biscoito de Coco iogurte Banana	Pão de Milho com Manteiga Café com Leite	Salada de Frutas com Granola (Mamão, Banana, Laranja, maçã)
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 35% do VET
		1680 kcal	267g	59g	62g
			64,5%	14,2%	33,9%

Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694

Bruna da Silva Ramos CRN10 4289

Karolainny Rocha CRN10 11025





- 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

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 10/06	3ª FEIRA – 11/06	4ª FEIRA – 12/06	5ª FEIRA – 13/06	6ª FEIRA – 14/06
LANCHE MANHÃ	Bolacha Maria Vitamina de Morango Congelado Maçã	Biscoito de Coco Suco Polpa Goiaba	Iogurte c/ Granola, Banana e Mamão Picado Biscoito Cream Cracker	FERIADO MUNICIPAL	PONTO FACULTATIVO
ALMOÇO	Macarronada com Carne Moída Suco Polpa Mamão	Arroz Feijão Preto Sobrecoca Ensopada c/ Batata Cenoura e Beterraba Ralada	Arroz Falso Estrogonofe de Frango Salada de Alface com tomate Banana		
LANCHE TARDE	Torta Salgada de Carne moída Suco de Uva Integral	Bolo de Milho Café com Leite Maçã	Pizza da Escola Suco de Uva Integral		
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1664 kcal	265g	61g	59g
			64,02%	14,75%	32,2%

Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694

Bruna da Silva Ramos CRN10 4289

Karolainny Rocha CRN10 11025



- 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

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 17/06	3ª FEIRA – 18/06	4ª FEIRA – 19/06	5ª FEIRA – 20/06	6ª FEIRA – 21/06
LANCHE MANHÃ	Bolacha Maria Suco de Uva Integral Goiaba	Biscoito de Amendoim Suco Polpa Maçã	Farofa de Banana Café com Leite	Bolacha Maria Vitamina de Leite com Morango congelado e Banana	Pão Francês c/ Ovo mexido com Queijo Suco de Uva Integral Mamão
ALMOÇO	Sopa Cremosa de Aipim com Frango Maçã	Arroz Feijão Preto Carne de Panela com Abóbora Paulista Couve Folha Refogada	Sobrecoxa Ensopada c/ Cenoura Minestra Farofa Abacaxi	Arroz Bobó de Frango Alface com Tomate Laranja Bergamota	Macarrão com Carne moída e Cenoura Suco Polpa
LANCHE TARDE	Bolo de Chocolate Cacau 50% Café com Leite	Bolo de Laranja Suco Polpa	Torta Salgada com Legumes e Carne Moída Suco Polpa	Pão Caseiro Doce de Frutas Agricultura Familiar Café com Leite	Bolo de Banana Café com Leite
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1652 kcal	258g	56g	60g
			62,3%	13,5%	32,8%

Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694

Bruna da Silva Ramos CRN10 4289

Karolainny Rocha CRN10 11025





- 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).

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES DE LAGUNA - SC
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 24/06	3ª FEIRA – 25/06	4ª FEIRA – 26/06	5ª FEIRA – 27/06	6ª FEIRA – 28/06
LANCHE MANHÃ	Farofa de Ovo Café com Leite Maçã	Bolo de Cenoura Suco Polpa	Pão Colorido Manteiga Café com Leite	Bolacha Cream Cracker Vitamina de Banana com Morango Congelado	Bolo de Chocolate com Coco Café com Leite Banana
ALMOÇO	Risoto de Frango com Cenoura Suco Polpa	Arroz Feijão Omelete de Forno com Legumes Laranja	Macarrão Espaguete Sobrecoxa Ensopada Salada de Alface e Tomate Abacaxi	Minestra Carne moída Batata Doce e Abóbora Cozida Suco de Uva Integral	Arroz Polenta Cremosa Carne Ensopada de Panela c/ Abóbora Paulista
LANCHE TARDE	Pizza da Escola Suco de Uva Integral	Biscoito de Coco Suco de Laranja Integral	Torta Salgada de Frango Suco Polpa	Bolo de Milho Café com Leite	Biscoito Cream Cracker Salada de Frutas com Granola (Mamão, Banana, Laranja, Maçã)
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1559 kcal	255g	58g	57g
			61,6%	14%	31,1%

Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694

Bruna da Silva Ramos CRN10 4289

Karolainny Rocha CRN10 11025





- 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

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 01/07	3ª FEIRA – 02/07			
LANCHE MANHÃ	Biscoito de Amendoim Café com Leite	Bolo de Cenoura Suco Polpa Pera			
ALMOÇO	Risoto de Frango Beterraba Cozida Laranja Pera	Arroz Integral Feijão Preto Carne de Panela c/ Abóbora Suco Polpa			
LANCHE TARDE	Torta Salgada de Frango Suco de Uva Integral Maçã	Pizza da Escola Suco Polpa			
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1610 kcal	258g	61g	58g
			62,3%	14,7%	31,7%

Nutricionistas: Ana Paula Farrias Antunes CRN10 7694

Bruna da Silva Ramos CRN10 4289

Karolainny Rocha CRN10 11025





- 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.**