

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

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE CRECHE

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 03/06	3ª FEIRA – 04/06	4ª FEIRA – 05/06	5ª FEIRA – 06/06	6ª FEIRA – 07/06
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Arroz Integral Feijão Carioca Carne Moída Refogada	Arroz Feijão Preto Omelete Moranga Refogada	Arroz Feijão Cariquinha Carne Moída Refogada c/ Cenoura Salada de Tomate Picado	Arroz Feijão Preto Carne de Panela Beterraba Cozida	Minestra Carne de Panela Repolho Refogado Laranja
<b>LANCHE TARDE</b>	Risoto de Frango Beterraba Cozida Maçã	Minestra Carne de Panela Repolho Refogado Laranja	Polenta Cremosa Sobrecoca Ensopada com Cenoura	Sopa de Batata, Cenoura, Brócolis e Frango Picadinho	Escondidinho de Batata com Carne Moída Salada de Brócolis c/ Tomate
<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 35% do VET</b>	
		265 kcal	43g	9g	10,5g
		63,5%	13,5%	33,4%	

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).
- **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 CRECHE

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 10/06	3ª FEIRA – 11/06	4ª FEIRA – 12/06	5ª FEIRA – 13/06	6ª FEIRA – 14/06
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Pão Colorido Geleia de Frutas Leite Morno	Minestra Sobrecoxa Ensopada Abobrinha Italiana Cozida Laranja	Carreteiro Feijão Carioca Alface e Tomate Morango	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>	<b>PONTO FACULTATIVO</b>
<b>LANCHE TARDE</b>	Pão Colorido Geleia de Frutas Leite Morno	Macarrão Parafuso bem Cozido com Carne Moída e Cenoura Laranja	Risoto de Frango com Brócolis 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 35% do VET</b>
		267kcal	42g	9,7g	10,6g
		62%	14,5%		33,7%

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).
- **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 CRECHE

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 17/06	3ª FEIRA – 18/06	4ª FEIRA – 19/06	5ª FEIRA – 20/06	6ª FEIRA – 21/06
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Arroz Feijão Preto Frango Grelhado Tomate e Pepino Picado	Esfirra de Frango Suco de Uva Integral	Arroz Feijão Preto Sobrecoxa Ensopada Maçã	Arroz Papa Feijão Preto Carne de Panela Repolho Refogado Laranja Bergamota	Pão Francês c/ Ovo mexido com Queijo Suco de Uva Integral Mamão
<b>LANCHE TARDE</b>	Arroz Falso Estrogonofe de Frango Pepino	Esfirra de Frango Suco de Uva Integral	Carreteiro com Abóbora Cabotiá Refogada Maçã	Arroz Papa Omelete Pepino Mamão Laranja Bergamota	Pão Francês c/ Ovo mexido com Queijo Suco de Uva Integral Mamão
<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>
		262 kcal	42g	9,6g	9,4g
			62%	14,4%	29,9%

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).
- **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 CRECHE

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 24/06	3ª FEIRA – 25/06	4ª FEIRA – 26/06	5ª FEIRA – 27/06	6ª FEIRA – 28/06
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Arroz Integral Feijão Carioca Carne Moída Refogada Laranja Bergamota	Pizza da Escola Suco de Uva Integral	Arroz Feijão Cariquinha Carne Moída Refogada c/ Cenoura Maçã Salada de Tomate Picado	Arroz Feijão Preto Carne de Panela Beterraba Cozida Laranja	Bolo de Chocolate 50% Cacau Café com Leite
<b>LANCHE TARDE</b>	Risoto de Frango Beterraba Cozida Laranja Bergamota	Pizza da Escola Suco de Uva Integral	Polenta Cremosa Sobrecoca Ensopada com Cenoura Maçã	Sopa de Batata, Cenoura, Brócolis e Frango Picadinho Laranja	Bolo de Chocolate 50% Cacau 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>	
		270 kcal	44g	10g	11g
		65%	15%	35%	

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 à 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).
- **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 CRECHE

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 01/07	3ª FEIRA – 02/07			
<b>LANCHE MANHÃ</b>	Arroz Feijão Preto Omelete c/ Cenoura Ralada e Tomate Laranja	Minestra Sobrecosta Ensopada Abobrinha Italiana Cozida			
<b>LANCHE TARDE</b>	Sopa de Aipim Cremosa com Frango Beterraba Cozida Maçã	Macarrão Parafuso com Carne Moída e Cenoura			
<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 35% do VET</b>	
		41,8g	9,8g	9,5g	
		61,7%	14,7%	30,2%	
	264 kcal				

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).