

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES DE LAGUNA - SC

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL


JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 03/06	3ª FEIRA – 04/06	4ª FEIRA – 05/06	5ª FEIRA – 06/06	6ª FEIRA – 07/06
LANCHE MANHÃ E TARDE	Risoto de Frango Beterraba Cozida Laranja Pera	Arroz Integral Feijão Preto Carne de Panela c/ Abóbora Suco Polpa	Torta Salgada de Frango Cenoura Ralada Suco Polpa	Macarrão Parafuso Carne Moída Suco de Uva Integral Banana	Pão de Forma com Manteiga e Queijo Café com Leite Mamão
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	
		40g	9g	9g	
		59,09%	13,5%	28,6%	
260 kcal					

Nutricionistas: Ana Paula Farias 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.**

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 10/06	3ª FEIRA – 11/06	4ª FEIRA – 12/06	5ª FEIRA – 13/06	6ª FEIRA – 14/06
LANCHE MANHÃ E TARDE	Macarronada com Carne Moída Suco Polpa Mamão	Arroz Feijão Preto Sobrecoxa Ensopada c/ Batata Cenoura e Beterraba Ralada	Arroz Falso Estrogonofe de Frango Salada de Alface com tomate Banana	FERIADO	PONTO FACULTATIVO
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
		285 kcal	43g 63,5%	10g 15%	8g 25,45%

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.**

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 17/06	3ª FEIRA – 18/06	4ª FEIRA – 19/06	5ª FEIRA – 20/06	6ª FEIRA – 21/06
LANCHE MANHÃ E TARDE	Sopa de Aipim Cremosa com Frango Maçã	Arroz Feijão Preto Carne de Panela com Cenoura Couve Folha Refogada	Torta Salgada com Legumes e Carne Moída Suco Polpa	Arroz Bobó de Frango Alface com Tomate Laranja Bergamota	Pão Francês c/ Ovo mexido com Queijo Suco de Uva Integral Mamão
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	
		42g	9,5g	10,5g	
		62,04%	14,25%	33,4%	
	275 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).
- 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.**

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 24/06	3ª FEIRA – 25/06	4ª FEIRA – 26/06	5ª FEIRA – 27/06	6ª FEIRA – 28/06
LANCHE MANHÃ E TARDE	Arroz Feijão Omelete de Forno com Legumes Laranja	Risoto de Frango com cenoura Suco Polpa	Macarrão Espaguete Sobrecoca Ensopada Salada de Alface e Tomate Abacaxi	Minestra Carne moída Batata Doce e Abóbora Cozida Suco de Uva Integral	Bolo de Chocolate com Coco Café com Leite Banana
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	
	265 kcal	43g 63,5%	9,8g 14,7%	10,3g 32,77%	

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.**

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE FUNDAMENTAL

JUNHO 2024

	2ª FEIRA - 01/07	3ª FEIRA – 02/07			
LANCHE MANHÃ E TARDE	Risoto de Frango Beterraba Cozida Laranja Pera	Arroz Integral Feijão Preto Carne de Panela c/ Abóbora 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 35% do VET
	283 kcal		42,5g	9,4g	10,2g
			62,78%	14,1%	32,45%

Nutricionistas: Ana Paula Farias 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).
- 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.**