

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES DE LAGUNA - SC

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE CRECHE

JULHO 2024

	2ª FEIRA - 01/07	3ª FEIRA – 02/07	4ª FEIRA – 03/07	5ª FEIRA – 04/07	6ª FEIRA – 05/07
LANCHE MANHÃ	Arroz Feijão Preto Omelete c/ cenoura Ralada e Tomate Laranja	Minestra Sobrecoxa Ensopada Abobrinha Italiana Cozida	Arroz Feijão Carioca Carne de Panela com Batata e Cenoura Salada de Alface	Macarrão Parafuso Feijão Preto Omelete Beterraba Cozida	Risoto Chuchu Cozido Cenoura Ralada
LANCHE TARDE		Sopa de Aipim Cremosa com Frango Picadinho Beterraba Cozida Maçã	Macarrão Parafuso com Carne moída e Cenoura	Arroz Frango com Legumes Banana	Arroz Polenta Cremosa Carne Moída com Cenoura Brócolis Cozido
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	42g 62%	9,2g 13,8%	10,2g 32,4%

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

JULHO 2024

	2ª FEIRA - 08/07	3ª FEIRA – 09/07	4ª FEIRA – 10/07	5ª FEIRA – 11/07	6ª FEIRA – 12/07
LANCHE MANHÃ	Carreteiro com Arroz Integral Abóbora Refogada Laranja	Arroz Feijão Preto Frango assado com Legumes	Macarrão Parafuso Carne Moída Cenoura Ralada Chuchu Cozido	Arroz Feijão Preto Sobrecoxa Ensopada Farofa	Pão Fatiado com Doce de Banana e Queijo Leite Morno
LANCHE TARDE	Macarrão Espaguete Carne Moída ensopada Repolho Refogado com Tomate	Polenta Carne de Panela com Moranga	Risoto de Frango Beterraba Cozida	Escondidinho de Batata doce com Carne Moída	Pão Fatiado com Doce de Banana e Queijo Leite Morno
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	
		267kcal	40,8g	9,1g	10,5g
		60,2%	13,6%	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

JULHO 2024

	2ª FEIRA - 15/07	3ª FEIRA – 16/07	4ª FEIRA – 17/07	5ª FEIRA – 18/07	6ª FEIRA – 19/07
LANCHE MANHÃ	Arroz Feijão Preto Omelete c/ cenoura Ralada e Tomate Laranja Picada	Minestra Sobrecoca Ensopada Abobrinha Italiana Cozida	Arroz Feijão Carioca Carne de Panela com Batata e Cenoura Salada de Alface	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE TARDE	Sopa de Aipim Cremosa com Frango Beterraba Cozida Maçã	Macarrão Parafuso com Carne moída e Cenoura	Arroz Frango com Legumes 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 30% do VET	
		262 kcal	44,3g	9,2g	8,9g
		65,4%	13,8%	28,3%	

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

JULHO 2024

	2ª FEIRA - 22/07	3ª FEIRA – 23/07	4ª FEIRA – 24/07	5ª FEIRA – 25/07	6ª FEIRA – 26/07
LANCHE MANHÃ	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR
LANCHE TARDE					
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

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.**
- **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

JULHO 2024

	2ª FEIRA - 29/07	3ª FEIRA – 30/07	4ª FEIRA – 31/07	5ª FEIRA – 01/08	6ª FEIRA – 02/08
LANCHE MANHÃ	Carreteiro com Arroz Integral Abóbora Refogada Laranja	Arroz Feijão Preto Frango assado Picado com Legumes	Macarrão Parafuso Carne Moída Cenoura Ralada Chuchu Cozido	Esfirra de Carne Suco de Uva Integral	Pão Fatiado com Doce de Banana e Queijo Leite Morno
LANCHE TARDE	Macarrão Parafuso Carne Moída Ensopada Repolho Refogado com Tomate Picado	Arroz Polenta Carne de Panela com Moranga	Risoto de Frango Beterraba Cozida	Esfirra de Carne Suco de Uva Integral	Pão Fatiado com Doce de Banana e Queijo Leite Morno
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	
		264 kcal	43,5g	9g	7,9g
		64,2%	13,5%	25,1%	

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).

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E ESPORTES DE LAGUNA - SC

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA COM TURMA DE CRECHE

JULHO 2024

	2ª FEIRA – 05/08	3ª FEIRA – 06/08			
LANCHE MANHÃ	Macarrão Parafuso com Molho de Tomate Ovo Mexido Couve-flor	Pão Francês Caseiro Ovo Mexido com Queijo			
LANCHE TARDE	Escondidinho de Batata com Carne Moída	Pão Francês Caseiro Ovo Mexido com Queijo			
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	
	264 kcal	40g	9,5g	9,7g	
		59%	14,2%	308%	

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).