



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ESCOLAS – OUTUBRO 2024

| HORÁRIO | SEGUNDA – FEIRA 30/09 | TERÇA – FEIRA 01/10 | QUARTA – FEIRA 02/10 | QUINTA – FEIRA 03/10 | SEXTA – FEIRA 04/10 |
|------------------------------------|---------------------------------------|--|---|--|---|
| 09h15min - 15h15min | Arroz Carreteiro Salada de repolho | Arroz, Feijão Farofa de legumes Salada de alface Banana | Macarrão parafuso Frango ao molho Salada de rúcula e tomate | Pão com carne moída Suco natural de polpa Maçã | Arroz Feijão Frango ao molho Salada de rúcula e repolho |

| Composição Nutricional | Energia (Kcal) | Carb (g) | G.Total (g) | Prot(g) |
|-------------------------------|-----------------------|-----------------|--------------------|----------------|
| Média Semanal | 325,25 | 48,40 | 10,39 | 10,96 |

| HORÁRIO | SEGUNDA – FEIRA 07/10 | TERÇA – FEIRA 08/10 | QUARTA – FEIRA 09/10 | QUINTA – FEIRA 10/10 | SEXTA – FEIRA 11/10 |
|------------------------------------|---|---|--|-----------------------------------|---|
| 09h15min - 15h15min | Arroz, Feijão Carne moída com batata Salada de repolho | Polenta Frango ao molho Salada de alface e tomate | Arroz. Feijão Pernil suíno Mandioca cozida Salada de alface | Pão com Queijo Iogurte Maçã | Macarrão caseiro Carne bovina picada Salada de repolho e cenoura |

| Composição Nutricional | Energia (Kcal) | Carb (g) | G.Total (g) | Prot(g) |
|-------------------------------|-----------------------|-----------------|--------------------|----------------|
| Média Semanal | 332,64 | 51,25 | 9,53 | 11,68 |

Cardápio sujeito a alteração, conforme disponibilidade de produtos da agricultura familiar.





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ESCOLAS – OUTUBRO 2024

| HORÁRIO | SEGUNDA – FEIRA 14/10 | TERÇA – FEIRA 15/10 | QUARTA – FEIRA 16/10 | QUINTA – FEIRA 17/10 | SEXTA – FEIRA 18/10 |
|------------------------------------|------------------------------|--|---|--|---|
| 09h15min - 15h15min | RECESSO ESCOLAR | Arroz Feijão Farofa de legumes Salada de tomate | Macarrão parafuso Frango ao molho Salada de pepino e rúcula | Arroz carreteiro Beterraba cozida Salada de alface | Polenta Carne moída ao molho Salada de alface |

| Composição Nutricional | Energia (Kcal) | Carb (g) | G.Total (g) | Prot(g) |
|-------------------------------|-----------------------|-----------------|--------------------|----------------|
| Média Semanal | 348,85 | 54,00 | 10,67 | 11,49 |

| HORÁRIO | SEGUNDA – FEIRA 21/10 | TERÇA – FEIRA 22/10 | QUARTA – FEIRA 23/10 | QUINTA – FEIRA 24/10 | SEXTA – FEIRA 25/10 |
|------------------------------------|---|--|--|--|--|
| 09h15min - 15h15min | Arroz, Feijão Carne bovina picada Salada de repolho e cenoura | Risoto de frango Salada de brócolis cozido e alface Banana | Macarrão caseiro Carne moída Salada de repolho | Pão com frango refogado com legumes Suco natural de polpa Maçã | Mandioca com frango Salada de brócolis e tomate |

| Composição Nutricional | Energia (Kcal) | Carb (g) | G.Total (g) | Prot(g) |
|-------------------------------|-----------------------|-----------------|--------------------|----------------|
| Média Semanal | 331,61 | 45,77 | 11,54 | 12,49 |

Cardápio sujeito a alteração, conforme disponibilidade de produtos da agricultura familiar.





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ESCOLAS – OUTUBRO 2024

| HORÁRIO | SEGUNDA – FEIRA 28/10 | TERÇA – FEIRA 29/10 | QUARTA – FEIRA 30/10 | QUINTA – FEIRA 31/10 | SEXTA – FEIRA 01/11 |
|---------------------------|--|--|--|---|---|
| 09h15min - 15h15min | Macarrão parafuso Carne moída ao molho Salada de repolho e tomate | Polenta Carne bovina ao molho Salada de couve flor e alface | Arroz Feijão Pernil suíno Couve manteiga refogada Cenoura ralada | Pão com queijo Leite com chocolate Maçã | Arroz Feijão Ovos mexidos com legumes Salada de pepino e alface |

| Composição Nutricional | Energia (Kcal) | Carb (g) | G.Total (g) | Prot(g) |
|------------------------|----------------|----------|-------------|---------|
| Média Semanal | 327,54 | 49,11 | 10,27 | 11,69 |

Cardápio sujeito a alteração, conforme disponibilidade de produtos da agricultura familiar.

