



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ESCOLAS – NOVEMBRO 2023

HORÁRIO	SEGUNDA – FEIRA 06/11	TERÇA – FEIRA 07/11	QUARTA – FEIRA 08/11	QUINTA – FEIRA 09/11	SEXTA – FEIRA 10/11
09h15min - 15h15min	Macarrão caseiro com carne moída Salada de repolho e cenoura	Arroz Feijão Farofa de legumes Salada de alface Banana	Canjiquinha com carne bovina picada Salada de pepino e alface Maçã	Arroz Feijão Frango com batata e cenoura Salada de repolho	Mandioca com Pernil suíno Salada de alface

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal	311,64	47,54	9,53	10,91

HORÁRIO	SEGUNDA – FEIRA 13/11	TERÇA – FEIRA 14/11	QUARTA – FEIRA 15/11	QUINTA – FEIRA 16/11	SEXTA – FEIRA 17/11
09h15min - 15h15min	Arroz carreteiro Salada de repolho	Macarrão parafuso com Frango Salada de brócolis e alface Banana	FERIADO	Arroz, Feijão Farofa de legumes Salada de alface Maçã	Polenta Frango ao molho Salada de pepino e cenoura

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal	330,72	52,55	9,74	11,08

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





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ESCOLAS – NOVEMBRO 2023

HORÁRIO	SEGUNDA – FEIRA 20/11	TERÇA – FEIRA 21/11	QUARTA – FEIRA 22/11	QUINTA – FEIRA 23/11	SEXTA – FEIRA 24/11
09h15min - 15h15min	Arroz Lentilha Farofa de ovo e legumes	Purê de batatas Frango ao molho Brócolis cozido Banana	Arroz Feijão Carne bovina picada com legumes Salada de repolho	Pão com carne moída Suco natural de polpa Maçã	Risoto de frango Salada de beterraba e repolho

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal	332,95	45,13	12,39	11,65

HORÁRIO	SEGUNDA – FEIRA 27/11	TERÇA – FEIRA 28/11	QUARTA – FEIRA 29/11	QUINTA – FEIRA 30/11	SEXTA – FEIRA 01/12
09h15min - 15h15min	Arroz Lentilha Carne moída Salada de cenoura	Polenta Carne bovina picada ao molho Salada de alface Banana	Macarrão parafuso Frango ao molho Salada de alface e tomate	Pão com margarina ou doce de uva Iogurte Maçã	Canjiquinha com frango Salada de repolho e cenoura

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal	340,44	49,24	12,10	12,10

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

