



Horário:	SEGUNDA-FEIRA 01	TERÇA-FEIRA 02	QUARTA-FEIRA 03	QUINTA-FEIRA 04	SEXTA-FEIRA 05			
Café da manhã 08h00min	NÃO HAVERÁ AULA	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja. Fórmula infantil ou leite materno			
Almoço 10h00min		Arroz Lentilha Carne moída Tomate	Arroz Carne moída Brócolis	Creme de mandioca Frango Cenoura	Arroz Feijão preto Carne suína Repolho refogado			
Lanche tarde: 13h00min		Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja. Fórmula infantil ou leite materno			
Jantar 15h00min		Arroz papa Ervilha Frango Cenoura	Arroz Lentilha Frango em molho Beterraba	Polenta com omelete de cenoura Couve-flor	Arroz Purê de batata Frango em molho Cenoura cozida			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	495,37	67 g	14 g	20 g	311,54	124,61	79,84	2,08
		54%	11%	37%				

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
ESCOLA DE MODALIDADE INTEGRAL

Horário:	SEGUNDA-FEIRA 08	TERÇA-FEIRA 09	QUARTA-FEIRA 10	QUINTA-FEIRA 11	SEXTA-FEIRA 12			
Café da manhã 08h00min	NÃO HAVERÁ AULA	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão. Fórmula infantil ou leite materno			
Almoço 10h00min		Arroz Lentilha Frango em molho Couve-flor	Polenta com carne moída Beterraba	Creme de grão de bico com frango e legumes	Arroz Feijoada Repolho			
Lanche tarde: 13h00min		Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão. Fórmula infantil ou leite materno			
Jantar 15h00min		Arroz Carne moída Abóbora cozida Brócolis	Sopa de abóbora com frango e legumes	Arroz Lentilha Carne moída Tomate	Creme de mandioca com molho de frango Cenoura			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	488,48	75 g 62%	18 g 15%	14 g 26%	322,80	116,65	72,84	2,54

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
ESCOLA DE MODALIDADE INTEGRAL

Horário:	SEGUNDA-FEIRA 15	TERÇA-FEIRA 16	QUARTA-FEIRA 17	QUINTA-FEIRA 18	SEXTA-FEIRA 19			
Café da manhã 08h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja. Fórmula infantil ou leite materno			
Almoço 10h00min	Polenta com carne moída Brócolis e cenoura	Arroz Lentilha com carne suína Chuchu cozido	Arroz Purê de batata Carne moída Beterraba	Polenta Frango em molho Cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Carne moída Cenoura			
Lanche tarde: 13h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja. Fórmula infantil ou leite materno			
Jantar 15h00min	Arroz Lentilha Frango em molho Tomate	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Couve-flor	Sopa de lentilha com frango e legumes	Arroz Feijoada Repolho refogado	Creme de mandioca carne moída Beterraba			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	489,49	73 g	16 g	16 g	355,87	111,18	88,63	2,64
		60%	13%	29%				

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
ESCOLA DE MODALIDADE INTEGRAL

Horário:	SEGUNDA-FEIRA 22	TERÇA-FEIRA 23	QUARTA-FEIRA 24	QUINTA-FEIRA 25	SEXTA-FEIRA 26			
Café da manhã 08h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, caqui. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, caqui. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, caqui. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, caqui. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, caqui. Fórmula infantil ou leite materno			
Almoço 10h00min	Creme de mandioca carne moída Beterraba	Arroz Lentilha Frango Tomate	Sopa de feijão com frango e legumes	Creme de mandioca Carne suína em molho Cenoura	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Cenoura			
Lanche tarde: 13h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia. Fórmula infantil ou leite materno			
Jantar 15h00min	Arroz Feijão preto Carne suína refogada Repolho refogado	Polenta com carne moída Brócolis	Arroz Ervilha Carne moída Cenoura	Arroz Lentilha Frango em molho Couve-flor	Creme de grão de bico com frango e legumes			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	493,26	76 g	17 g	15 g	355,46	115,39	86,92	2,62
		61%	14%	27%				

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
ESCOLA DE MODALIDADE INTEGRAL

Horário:	SEGUNDA-FEIRA 29	TERÇA-FEIRA 30	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
Café da manhã 08h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão. Fórmula infantil ou leite materno						
Almoço 10h00min	Polenta com omelete de cenoura Brócolis	Creme de mandioca Frango em molho Cenoura						
Lanche tarde: 13h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão. Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão. Fórmula infantil ou leite materno						
Jantar 15h00min	Arroz Feijão carioca Carne moída Repolho refogado	Arroz Batata doce Carne moída Couve-flor						
Composição nutricional (Média semanal)	Energia	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	483,29	70 g	14 g	17 g				
		58%	12%	32%	716,34	123,65	113,57	2,31

****Este cardápio está sujeito a alterações, principalmente nas frutas e hortaliças.**

***** Os valores nutricionais da fórmula infantil e/ou do aleitamento materno, não estão incluídos nos cálculos nutricionais.**

Morgana Dalla Líbera
Nutricionista Morgana Dalla Líbera
CRN10- 6436