



PRÉ-ESCOLA (5- 6 ANOS) – ABRIL/2024

Horário	SEGUNDA-FEIRA 01	TERÇA-FEIRA 02	QUARTA-FEIRA 03	QUINTA-FEIRA 04	SEXTA-FEIRA 05		
Manhã: 09h30min	NÃO HAVERÁ AULA	Arroz Lentilha Carne moída Alface e tomate Banana	Creme doce Bolacha caseira Melancia	Macarrão com molho de frango Alface e cenoura cozida Maçã	Arroz Feijão preto Farofa de carne suína com legumes Repolho		
Tarde: 15h00min		Lasanha de arroz Alface Banana	Creme doce Bolacha caseira Melancia	Polenta com omelete de cenoura e queijo Alface e laranja	Galinhada Alface		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	305,67	48 g	63%	13 g	17%	7 g	21%

Horário	SEGUNDA-FEIRA 08	TERÇA-FEIRA 09	QUARTA-FEIRA 10	QUINTA-FEIRA 11	SEXTA-FEIRA 12		
Manhã: 09h30min	Carreteiro Alface e pepino Maçã	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e couve-flor	Salada de fruta (banana, maçã, laranja, mamão, abacaxi, morango) Biscoito de batata doce	Creme de grão de bico com frango e legumes Laranja	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho		
Tarde: 15h00min	Arroz Feijão preto Frango ao molho de tomate e batata Repolho	Capelleti com carne moída Abóbora cozida Alface Maçã	Salada de fruta (banana, maçã, laranja, mamão, abacaxi, morango) Biscoito de batata doce	Arroz Lentilha Carne moída Alface e tomate	Macarrão com molho de frango Alface Laranja		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	284,97	41 g	59%	12 g	17%	8 g	25%

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Horário	SEGUNDA-FEIRA 15	TERÇA-FEIRA 16	QUARTA-FEIRA 17	QUINTA-FEIRA 18	SEXTA-FEIRA 19		
Manhã: 09h30min	Polenta com carne moída Alface e brócolis	Arroz integral Lentilha com carne suína Alface e chuchu cozido	Cuca Suco de morango Mamão	Galinhada Alface e cenoura cozida Banana	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho		
Tarde: 15h00min	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e tomate	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura e queijo Alface e abacaxi	Cuca Suco de morango Mamão	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho	Macarrão com carne moída Alface e beterraba Banana		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	277,03	41 g	59%	11 g	16%	8 g	27%

Horário	SEGUNDA-FEIRA 22	TERÇA-FEIRA 23	QUARTA-FEIRA 24	QUINTA-FEIRA 25	SEXTA-FEIRA 26		
Manhã: 09h30min	Macarrão com carne moída Alface e beterraba Maçã	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e tomate	Iogurte Bolacha caseira Caqui	Arroz Mandioca Carne suína em molho Alface e cenoura ralada	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura e queijo Alface e abacaxi		
Tarde: 15h00min	Arroz Feijão preto Farofa de carne suína com legumes Repolho	Polenta com carne moída Alface e brócolis Maçã	Iogurte Bolacha caseira Caqui	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e couve-flor	Creme de grão de bico com frango e legumes		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	284,38	42 g	58%	11 g	16%	9 g	27%



Horário	SEGUNDA-FEIRA 29	TERÇA-FEIRA 30	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA		
Manhã: 09h30min	Polenta com omelete de cenoura e queijo Alface e laranja	Lasanha de arroz Alface e cenoura cozida Caqui					
Tarde: 15h00min	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho	Arroz Batata doce Carne moída Alface Caqui					
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	301,38	37 g	49%	14 g	18%	11 g	34%

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

Morgana Dalla Libera
Nutricionista Morgana Dalla Libera
CRN10- 6436