



PRÉ-ESCOLA (5- 6 ANOS) – MAIO/2024

Horário	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA 01	QUINTA-FEIRA 02	SEXTA-FEIRA 03		
Manhã: 09h30min			FERIADO	Arroz integral Lentilha com carne de porco Alface com cenoura cozida	Creme de grão de bico com frango e legumes Pão integral Banana		
Tarde: 15h00min				Macarrão com carne moída Alface e beterraba Banana	Arroz Feijão Farofa de carne suína e legumes Repolho		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	344,12	48 g	55%	18 g	20%	10 g	27 g

Horário	SEGUNDA-FEIRA 06	TERÇA-FEIRA 07	QUARTA-FEIRA 08	QUINTA-FEIRA 09	SEXTA-FEIRA 10		
Manhã: 09h30min	Sopa de agnoline com frango e legumes Pão integral	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho	Mescau (leite, cacau, açúcar mascavo) Bolacha caseira Bergamota	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e chuchu	Macarrão com carne moída Alface e beterraba Caqui		
Tarde: 15h00min	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e cenoura ralada	Polenta com carne moída Alface e pepino	Mescau (leite, cacau, açúcar mascavo) Bolacha caseira Bergamota	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho	Sopa de feijão vermelho com frango e legumes Pão integral Caqui		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	304,64	44 g	58%	12 g	16%	9 g	27%

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

Horário	SEGUNDA-FEIRA 13	TERÇA-FEIRA 14	QUARTA-FEIRA 15	QUINTA-FEIRA 16	SEXTA-FEIRA 17		
Manhã: 09h30min	Carreteiro Alface e brócolis Caqui	Sopa de lentilha com frango e legumes Pão integral Banana	Chá de maracujá Cuca Bergamota	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho	Arroz Mandioca Frango em molho Alface		
Tarde: 15h00min	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura e queijo Alface com abacaxi	Polenta com carne moída Repolho e tomate Banana	Chá de maracujá Cuca Bergamota	Sopa de agnoline com frango e legumes Pão integral Caqui	Arroz integral Lentilha com carne de porco Alface com cenoura cozida		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	308,50	47 g	62%	13 g	16%	8 g	24%

Horário	SEGUNDA-FEIRA 20	TERÇA-FEIRA 21	QUARTA-FEIRA 22	QUINTA-FEIRA 23	SEXTA-FEIRA 24		
Manhã: 09h30min	Sopa de frango com legumes Pão integral Bergamota	Arroz Lentilha Carne moída Alface e cenoura ralada	Chá de abacaxi Bolacha caseira Mamão	CAPACITAÇÃO DOS PROFESSORES	Arroz Feijão Farofa de carne suína e legumes Repolho		
Tarde: 15h00min	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho	Carreteiro Alface e brócolis Bergamota	Chá de abacaxi Bolacha caseira Mamão		Creme de grão de bico com frango e legumes Pão integral		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	270,09	40 g	60%	12 g	16%	7 g	24%



Horário	SEGUNDA-FEIRA 27	TERÇA-FEIRA 28	QUARTA-FEIRA 29	QUINTA-FEIRA 30	SEXTA-FEIRA 31		
Manhã: 09h30min	Polenta com molho de frango Alface e pepino	Sopa de feijão vermelho com frango e legumes Pão integral Banana	Mescau (leite, cacau, açúcar mascavo) Pão com doce Caqui	FERIADO	Arroz Feijão preto Carne em cubos Alface Bergamota		
Tarde: 15h00min	Arroz Lentilha Carne em cubos Alface	Arroz Mandioca Carne moída suína Alface	Mescau (leite, cacau, açúcar mascavo) Pão com doce Caqui		Macarrão com molho de frango Alface Bergamota		
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	268,11	41 g	59%	12 g	18%	7 g	25%

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

Morgana Dalla Líbera
Nutricionista Morgana Dalla Líbera
CRN10- 6436