Cardápio

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



ENSINO FUNDAMENTAL I (6- 10 ANOS) – (INTOLERÂNCIA À LACTOSE) – ABRIL/2025

Horário	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA 01	QUARTA-FEIRA 02	QUINTA-FEIRA 03	SEXTA-FEIRA 04
Manhã: 09h45min		Arroz integral Lentilha com carne suína Alface e cenoura ralada Banana	Creme doce (com leite zero lactose) Bolacha caseira zero lactose Melancia	Galinhada Repolho e beterraba Maçã	Arroz Feijão preto Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Alface
Tarde: 15h15min		Pão com doce Suco de abacaxi Melão	Polenta com filé de tilapia assado Repolho e laranja	Arroz Lentilha Carne moída suína Alface e cenoura ralada Maçã	Arroz Feijão preto Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Alface

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	412,01	65 g	62%	15 g	15%	11 g	23%

Horário	SEGUNDA-FEIRA 07	TERÇA-FEIRA 08	QUARTA-FEIRA 09	QUINTA-FEIRA 10	SEXTA-FEIRA 11
Manhã: 09h45min	Macarrão com carne moída Alface e tomate Maçã	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Alface	Salada de fruta (banana, maçã, laranja, morango, abacaxi, mamão) Biscoito de batata doce	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e chuchu	Polenta com carne moída suína Repolho e manga Melancia
Tarde: 15h15min	Carreteiro Alface e cenoura	Iogurte zero lactose Grissini integral Melancia	Macarrão com molho de frango Repolho e brócolis Laranja	Sanduíche (pão, carne moída, cenoura, tomate e alface) Suco de limão **Melão**	Polenta com carne moída suína Repolho e manga Melancia

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	302,39	45 g	58%	14 g	19%	8 g	23%

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

Horário	SEGUNDA-FEIRA 14	TERÇA-FEIRA 15	QUARTA-FEIRA 16	QUINTA-FEIRA 17	SEXTA-FEIRA 18
Manhã: 09h45min	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura e queijo Alface e abacaxi Maçã	Polenta com carne moída Alface e tomate	Cupcake de cenoura Suco de morango Melão	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e pepino Caqui	**FERIADO**
Tarde: 15h15min	Arroz integral Lentilha com carne suína Alface e cenoura ralada	Creme doce com leite zero lactose Bolacha caseira zero lactose Caqui	Cupcake de cenoura Suco de morango Melão	Sopa de frango com legumes Banana	

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**		**PTN**		**LPD**	
	343,69	60 g	69%	10 g	12%	8 g	21%

Horário	SEGUNDA-FEIRA 21	TERÇA-FEIRA 22	QUARTA-FEIRA 23	QUINTA-FEIRA 24	SEXTA-FEIRA 25
Manhã: 09h45min	**FERIADO**	Macarrão com molho de frango Repolho e brócolis Laranja	Iogurte zero lactose Grissini integral Melancia	Sanduíche (pão, carne moída, cenoura, tomate e alface) Suco de limão **Melão**	Arroz Feijão carioca Farofa de carne suína com legumes Alface
Tarde: 15h15min		Salada de fruta (banana, maçã, laranja, morango, abacaxi, mamão) Biscoito de batata doce	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Alface	Macarrão com carne moída Alface e tomate Maçã	

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**		**PTN**		**LPD**	
	383,31	61 g	63%	16 g	17%	9 g	23%

Cardápio

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



Horário	SEGUNDA-FEIRA 28	TERÇA-FEIRA 29	QUARTA-FEIRA 30	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Manhã: 09h45min	Capelleti com carne moída Abóbora caramelizada Alface	Polenta com filé de tilapia assado Repolho e laranja	Pão com doce Suco de abacaxi Melão		
Tarde: 15h15min	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e pepino Banana	Cuca Suco de morango Mamão	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura e queijo zero lactose Alface e abacaxi		

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**		**PTN**		**LPD**	
	326,40	53 g	68%	13 g	15%	8 g	19%

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

Morgana Dalla Líbera

Nutricionista Morgana Dalla Líbera
CRN10- 6436