Cardápio

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



PRÉ-ESCOLA (5- 6 ANOS) – (INTOLERÂNCIA À LACTOSE) – ABRIL/2025

Horário	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA 01	QUARTA-FEIRA 02	QUINTA-FEIRA 03	SEXTA-FEIRA 04
Manhã: 09h30min		Arroz integral Lentilha com carne suína Alface e cenoura ralada Banana	Creme doce c/ leite zero lactose Bolacha caseira zero lactose Melancia	Macarrão com molho de frango Repolho e beterraba Maçã	Arroz Feijão preto Carne de gado em cubos em molho com cenoura Alface
Tarde: 15h00min		Polenta Omelete com cenoura Repolho e laranja Banana	Creme doce c/ leite zero lactose Bolacha caseira zero lactose Melancia	Arroz Lentilha Carne moída Alface e cenoura ralada	Galinhada Repolho e brócolis Maçã

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	323,53	49 g	60%	13 g	16%	9 g	25%

Horário	SEGUNDA-FEIRA 07	TERÇA-FEIRA 08	QUARTA-FEIRA 09	QUINTA-FEIRA 10	SEXTA-FEIRA 11
Manhã: 09h30min	Carreteiro Alface e tomate Maçã	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Alface	Salada de fruta (banana, maçã, laranja, morango) Biscoito de batata doce	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e chuchu	Polenta com carne moída suína Repolho e manga Melancia
Tarde: 15h00min	Arroz Feijão carioca Farofa de carne suína com legumes Alface	Macarrão com molho de frango Alface e couve-flor Maçã	Salada de fruta (banana, maçã, laranja, morango) Biscoito de batata doce	Capelleti com carne moída Abóbora cozida Alface e tomate Melancia	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Alface e abacaxi

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	272,50	40 g	59%	10 g	15%	8 g	27%

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

Horário	SEGUNDA-FEIRA 14	TERÇA-FEIRA 15	QUARTA-FEIRA 16	QUINTA-FEIRA 17	SEXTA-FEIRA 18
Manhã: 09h30min	Polenta com carne moída Alface e tomate Caqui	Sopa de frango com legumes Banana	Cupcake de cenoura Suco de morango Mamão	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e pepino Banana	**FERIADO**
Tarde: 15h00min	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e chuchu	Macarrão com carne moída Alface e cenoura Caqui	Cupacake de cenoura Suco de morango Mamão	Arroz Feijão preto Carne de gado em cubos em molho com cenoura Repolho	

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**		**PTN**		**LPD**	
	284,64	47 g	66%	9 g	12%	7 g	25%

Horário	SEGUNDA-FEIRA 21	TERÇA-FEIRA 22	QUARTA-FEIRA 23	QUINTA-FEIRA 24	SEXTA-FEIRA 25
Manhã: 09h30min	**FERIADO**	Arroz Feijão carioca Farofa de carne suína com legumes Alface	Iogurte zero lactose Grissini integral Melancia	Arroz Feijão preto Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Alface	Galinhada Repolho e brócolis Laranja
Tarde: 15h00min		Carreteiro Alface e tomate Melão	Iogurte zero lactose Grissini integral Melancia	Polenta com carne moída suína Repolho e manga Laranja	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Alface

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**		**PTN**		**LPD**	
	300,76	43 g	56%	14 g	19%	9 g	26%

Cardápio

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



Horário	SEGUNDA-FEIRA 28	TERÇA-FEIRA 29	QUARTA-FEIRA 30	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Manhã: 09h30min	Polenta Omelete com cenoura Repolho e laranja	Arroz Lentilha Carne moída suína Alface e cenoura ralada Maçã	Pão com doce Suco de abacaxi Melão		
Tarde: 15h00min	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Alface	Macarrão com molho de frango Alface e beterraba Maçã	Pão com doce Suco de abacaxi Melão		

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**		**PTN**		**LPD**	
	270,54	42 g	64%	9 g	13%	8 g	25%

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

Morgana Dalla Líbera

Nutricionista Morgana Dalla Líbera
CRN10- 6436