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) – JUNHO/2025 (INTOLERÂNCIA Á LACTOSE)

Horário	SEGUNDA-FEIRA 02	TERÇA-FEIRA 03	QUARTA-FEIRA 04	QUINTA-FEIRA 05	SEXTA-FEIRA 06
Manhã: 09h45min	Carreteiro Alface e brócolis	Arroz integral Lentilha com carne de porco Alface com cenoura cozida Banana	Salada de fruta (melão, maçã, mamão, abacaxi, laranja e morango) Biscoito de batata doce	Sopa de frango com legumes Pão integral Maçã	Arroz Purê de mandioca c/ queijo zero lactose Carne moída em molho Repolho
Tarde: 15h15min	Sopa de feijão com frango e legumes Pão integral Caqui	Mescau (leite zero lactose, cacau, açúcar mascavo) Pão com doce Melão	Polenta com carne moída Alface e pepino Bergamota	Arroz Batata doce assada Carne em cubos Alface e couve-flor	Arroz Purê de mandioca c/ queijo zero lactose Carne moída em molho Repolho

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	358,08	53 g	59%	13 G	14%	11 g	28%

Horário	SEGUNDA-FEIRA 09	TERÇA-FEIRA 10	QUARTA-FEIRA 11	QUINTA-FEIRA 12	SEXTA-FEIRA 13
Manhã: 09h45min	Macarrão com carne moída Alface e cenoura ralada Melão	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e chuchu	Mescau (leite zero lactose, cacau, açúcar mascavo) Bolo de banana Bergamota	Polenta com filé de tilapia assado Repolho e tomate Caqui	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho
Tarde: 15h15min	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e beterraba	Chá de abacaxi Bolacha caseira zero lactose Bergamota	Sopa de agnoline com frango e legumes Pão integral Mamão	Sanduíche (pão, carne moída, cenoura, tomate e alface) Suco de laranja Banana	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO		PTN		LPD	
	362,98	57 g	62%	14 g	16%	9 g	24%

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

Horário	**SEGUNDA-FEIRA 16**	**TERÇA-FEIRA 17**	**QUARTA-FEIRA 18**	**QUINTA-FEIRA 19**	**SEXTA-FEIRA 20**
Manhã: 09h45min	Galinhada Repolho e abobrinha Maçã	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Alface	Chá de maracujá Cuca Bergamota	**FERIADO**	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura e queijo zero lactose Alface com abacaxi
Tarde: 15h15min	Arroz integral Lentilha com carne de porco Alface com cenoura cozida Melão	Salada de fruta (melão, maçã, mamão, abacaxi, laranja e morango) Biscoito de batata doce	Sopa de frango com legumes Pão integral Caqui		Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura e queijo zero lactose Alface com abacaxi

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**		**PTN**		**LPD**	
	332,92	53 g	64%	16 g	18%	7 g	20%

Horário	**SEGUNDA-FEIRA 23**	**TERÇA-FEIRA 24**	**QUARTA-FEIRA 25**	**QUINTA-FEIRA 26**	**SEXTA-FEIRA 27**
Manhã: 09h45min	Sopa de agnoline com frango e legumes Pão integral Bergamota	Sanduíche (pão, carne moída, cenoura, tomate e alface) Suco de laranja Caqui	Chá de abacaxi Bolacha caseira zero lactose Mamão	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface	Arroz Feijão Farofa de carne suína com legumes Repolho
Tarde: 15h15min	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e chuchu	Mescau (leite zero lactose, cacau, açúcar mascavo) Bolo de banana Maçã	Macarrão com carne moída Alface e cenoura ralada Melão	Polenta com file de tilapia assado Repolho e tomate Bergamota	Arroz Feijão Farofa de carne suína com legumes Repolho

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**		**PTN**		**LPD**	
	348,36	54 g	62%	14 g	16%	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 30	TERÇA-FEIRA		QUARTA-FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA
Manhã: 09h45min	Polenta com carne moída Alface e pepino Bergamota							
Tarde: 15h15min	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Alface							
Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**		**PTN**		**LPD**		
	349,56	58 g	63%	16 g	17%	9 g	22%	

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

Morgana Dalla Líbera

Nutricionista Morgana Dalla Líbera
CRN10- 6436