

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO JARDINÓPOLIS/SC - ESCOLA NUCLEADA MUNICIPAL CASTRO ALVES

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6 – 10 ANOS)

JULHO DE 2021

1ª SEMANA	Segunda-feira	Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
	28/06	29/06		30/06		01/07		02/07	
MANHÃ 09h22 TARDE 14h50	Sopa de feijão e legumes Pão de forma fatiado Sobremesa fruta	Arroz branco com Feijão preto Coxa sobrecoxa, assada, com cenoura assada Salada: alface		Bolacha caseira Sobremesa fruta Leite com cacau		Macarrão Carne bovina desfiada ao molho Salada: repolho com cenoura		Pão com carne moída Leite Sobremesa fruta	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	PNT (g)	LIP (g)	CHO (g)	Sódio (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	328,2	16	6	54	334,2	65,7	10,3	84,06	2,03

2ª SEMANA	Segunda-feira	Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
	05	06		07		08		09	
MANHÃ 09h22 TARDE 14h50	Galinhada Repolho	Bolo Salgado Sobremesa: fruta Leite com cacau		Arroz branco com feijão preto Carne Suína assada Salada de Alface		Polenta cremosa Carne moída em molho Salada de alface Sobremesa: Fruta		Bolo de banana Sobremesa: fruta Leite	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	PNT (g)	LIP (g)	CHO (g)	Sódio (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	327,6	13	8	53	464,0	111,2	16,5	83,3	1,9

Os alimentos utilizados para preparo do cardápio são de qualidade e frescos, portanto o cardápio pode sofrer algumas alterações de acordo com o recebimento de gêneros alimentícios;

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE

Taís Aparecida Kureke

CRN10 8395

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO JARDINÓPOLIS/SC - ESCOLA NUCLEADA MUNICIPAL CASTRO ALVES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6 – 10 ANOS)

JULHO DE 2021

3ª SEMANA	Segunda-feira	Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
	12	13		14		15		16	
MANHÃ 09h22 TARDE 14h50	Carreteiro Repolho e cenoura ralada	Sopa de carne de frango com massinha Pão fatiado torrado		Pão francês com geleia de fruta Leite com café Sobremesa: Laranja		Arroz branco com Feijão preto Carne bovina em cubos, em molho Salada de alface Sobremesa: Laranja		Bolo salgado de frango Chá de maçã Sobremesa Fruta	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	PNT (g)	LIP (g)	CHO (g)	Sódio (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	320,8	15	6	54	323,3	95,5	29,1	89,0	1,7

4ª e 5ª SEMANA	Segunda-feira	Terça-feira		Quarta-feira		Quinta-feira		Sexta-feira	
	19	20		21		22		22	
MANHÃ 09h22 TARDE 14h50	RECESSO	RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	PNT (g)	LIP (g)	CHO (g)	Sódio (mg)	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)

Os alimentos utilizados para preparo do cardápio são de qualidade e frescos, portanto o cardápio pode sofrer algumas alterações de acordo com o recebimento de gêneros alimentícios;

Nutricionista Responsável Técnica do PNAE
 Taís Aparecida Kureke
 CRN10 8395