



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO JARDINÓPOLIS/SC -
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO **PARCIAL** - FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos
OUTUBRO 2022**



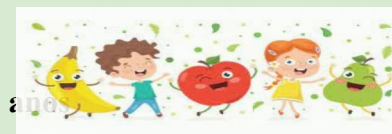
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 03/10	TERÇA-FEIRA 04/10	QUARTA-FEIRA 05/10	QUINTA-FEIRA 06/10	SEXTA-FEIRA 07/10
LANCHE MANHÃ - 9h20min LANCHE TARDE - 14h55m	Biscoito Salgado Fruta: maçã Leite com cacau	Carreteiro Salada: Brócolis e cenoura ralada	Arroz Feijão carioca Carne de gado em tiras Salada: Alface	Pão com frango Suco de manga Fruta: melancia	Sopa de massinha com frango e legumes
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 318,02	PNT (g) 18	LIP (g) 8	CHO (g) 44
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 10/10	TERÇA-FEIRA 11/10	QUARTA-FEIRA 12/10	QUINTA-FEIRA 13/10	SEXTA-FEIRA 14/10
LANCHE MANHÃ - 9h20min LANCHE TARDE - 14h55m	Mini pizza Bebida Láctea Bergamota	Arroz Feijão preto Frango em cubos Alface	FERIADO DIA DAS CRIANÇAS	Macarrão com carne moída Salada: cenoura ralada	ESPECIAL DIA DAS CRIANÇAS Pão com linguiça Suco de uva Fruta: maçã
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 350	PNT (g) 14,5	LIP (g) 10	CHO (g) 51,2

* Servir porções adequadas às idades das crianças, colocar os alimentos separados no prato para que elas conheçam os sabores de cada alimento;
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 -
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO **PARCIAL** - FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos
OUTUBRO 2022**



REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 17/10	TERÇA-FEIRA 18/10	QUARTA-FEIRA 19/10	QUINTA-FEIRA 20/10	SEXTA-FEIRA 21/10
LANCHE MANHÃ - 9h20min LANCHE TARDE - 14h55m	Polenta Carne de frango em cubos Salada: pepino	Sopa de massinha com frango e legumes	Biscoito doce Suco de abacaxi Fruta: melancia	Arroz Feijão carioca Carne de frango Alface e tomate	Bolo salgado de carne moída Fruta: bergamota Leite com café
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	PNT (g)	LIP (g)	CHO (g)
		308,89	13	7	45
REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 24/10	TERÇA-FEIRA 25/10	QUARTA-FEIRA 26/10	QUINTA-FEIRA 27/10	SEXTA-FEIRA 28/10
LANCHE MANHÃ - 9h20min LANCHE TARDE - 14h55m	Sanduíche Leite com cacau Fruta: pera	Arroz de forno Carne moída com batata inglesa e cenoura Salada: Alface	Bolo de banana Leite batido com morango Fruta: mamão	Galinhada Salada: beterraba cozida com chuchu	DIA DO SERVIDOR - FERIADO
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	PNT (g)	LIP (g)	CHO (g)
		333,0	16,2	9,5	46,2

* Servir porções adequadas às idades das crianças, colocar os alimentos separados no prato para que elas conheçam os sabores de cada alimento;
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