



Secretaria Municipal de Educação de Ipumirim/SC  
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE  
Núcleo Educacional Municipal João Canton



Cardápio 6º série e Alunos SENAI  
Período Integral

**JUNHO / 2023**

Refeição / Horário	2ª FEIRA 29/05	3ª FEIRA 30/05	4ª FEIRA 31/05	5ª FEIRA 01/06	6ª FEIRA 02/06
Lanche da manhã 8h40 as 9h00	Leite c/ cacau Pão + geleia + Frutas	Leite c/ cacau Pão + queijo + Frutas	Leite c/ cacau Pão + geleia + nata + Frutas	Leite + café Bolo de cenoura Frutas	Leite + cacau Pão + frango Frutas
Almoço 11h05 as 11h35	Polenta + Omelete + abobrinha refogada Repolho + brócolis	Macarrão + Coxinha assada Pepino + chuchu	Arroz + Feijão Carne suína acebolada Alface + cenoura	Polenta Carne suína Beterraba cozida + acelga	Arroz + feijão Iscas de frango Chuchu + tomate
Lanche da tarde 14h40 as 15h00		Suco de manga Torta salgada + Frutas	Suco de uva Bolo de banana + Frutas		
Refeição / Horário	2ª FEIRA 05/06	3ª FEIRA 06/06	4ª FEIRA 07/06	5ª FEIRA 08/06	6ª FEIRA 09/06
Lanche da manhã 8h40 as 9h00	Leite + café Pão + nata + mel Frutas	Leite + cacau Pão + geléia Frutas	Leite + café Pão + queijo Frutas		
Almoço 11h05 as 11h35	Polenta Carne moída de frango Brócolis	Arroz + feijão Ragu suíno Repolho colorido	Macarrão Carne moída bovina Alface + cenoura	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>
Lanche da tarde 14h40 as 15h00		Chá de abacaxi Bolo de laranja + Frutas	Iogurte + Granola + Frutas		
Refeição / Horário	2ª FEIRA 12/06	3ª FEIRA 13/06	4ª FEIRA 14/06	5ª FEIRA 15/06	6ª FEIRA 16/06
Lanche da manhã 8h40 as 9h00	Leite + cacau Pão + creme vegetal Frutas	Leite + café Bolo de fubá Frutas	Leite + cacau Pão + geléia Frutas	Leite + cacau Pão + queijo Frutas	Leite + café Pão + queijo + Frutas
Almoço 11h05 as 11h35	Macarrão Carne moída bovina Tomate	Arroz + feijão Ragu suíno Alface + Pepino	Risoto com Frango (desfiado) Beterraba cozida	Polenta Carne moída de frango Tomate + Repolho	Arroz + feijão Carne moída bovina Chuchu + cenoura
Lanche da tarde 14h40 as 15h00		Leite + café Bolo mesclado + Frutas	Suco de uva Pão + carne de frango + Frutas		
Refeição / Horário	2ª FEIRA 19/06	3ª FEIRA 20/06	4ª FEIRA 21/06	5ª FEIRA 22/06	6ª FEIRA 23/06
Lanche da manhã 8h40 as 9h00	Leite c/ cacau Pão + geleia Frutas	Leite c/ cacau Pão + queijo Frutas	Leite c/ cacau Pão + nata + mel Frutas	Leite c/ cacau Pão + queijo Frutas	Leite c/ cacau Pão + geleia Frutas
Almoço 11h05 as 11h35	Polenta Carne moída de frango Brócolis + cenoura	Macarrão Carne moída bovina Chuchu + tomate	Arroz + feijão Carne suína Alface + couve-flor	Risoto com Frango (desfiado) Pepino + cenoura	Arroz + feijão Omelete Beterraba cozida
Lanche da tarde 14h40 as 15h00		Suco de maracujá Bolo de banana + Frutas	Chá de abacaxi Torta salgada + Frutas		
Refeição / Horário	2ª FEIRA 26/06	3ª FEIRA 27/06	4ª FEIRA 28/06	5ª FEIRA 29/06	6ª FEIRA 30/06
Lanche da manhã 8h40 as 9h00	Leite + cacau Pão + doce de leite Frutas	Leite + cacau Bolo de cenoura Frutas	Leite + cacau Pão + geleia Frutas	Leite + cacau Bolo branco Frutas	Leite + cacau Biscoito salgado Frutas
Almoço 11h05 as 11h35	Macarrão Carne moída de frango em molho Tomate + acelga	Polenta Ragu suíno Pepino + alface	Arroz + feijão Carne moída de frango Beterraba cozida + acelga	Mandioca Carne moída bovina em molho Tomate + Repolho	Arroz + feijão Carne suína acebolada Couve-flor + alface
Lanche da tarde 14h40 as 15h00		Vitamina de banana com canela Bolo de fubá + frutas	Chá de cidreira + Torta salgada + Frutas		

Composição Nutricional  
(Média Semanal)

**Energia**  
(kcal)

**CHO (g)**  
55 a 65% do VET

**PTN (g)**  
10 a 15% do VET

**LPD (g)**  
15 a 30% do VET

973,7

161g - 65%

27g - 11%

26g - 24%

**Cardápio sujeito a  
alterações.**

**Sem aviso prévio**

Nutricionista PNAE Mariana Kehl – CRN 10 4045