



Secretaria Municipal de Educação de Ipumirim/SC
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE
Núcleo Educacional Municipal João Canton
Cardápio Integral e Alunos SENAI



JULHO / 2023

Refeição / Horário	2ª FEIRA 01/07	3ª FEIRA 02/07	4ª FEIRA 03/07	5ª FEIRA 04/07	6ª FEIRA 05/07
lanche da manhã 7h40 as 9h00	Leite com cacau Pão com geléia Frutas	Chá de abacaxi Pão com nata e mel Frutas	Café com leite Bolo de feijão Fruta	Batata corada Carne suína cubos Tomate	Bolacha caseira Leite com cacau Fruta
Almoço 1h05 as 11h35	Polenta Carne bovina cubos Tomate e acelga	Arroz Feijão carioca Carne bovina cubos Alface	Sopa de feijão preto com massa e legumes	-----	-----
lanche da tarde 4h40 as 15h00	Pão com doce Leite com café Fruta	Torradinhas Suco de uva Fruta	Biscoito salgado Leite com cacau Fruta	Batata corada Carne suína cubos Tomate	Bolacha caseira Leite com cacau Fruta
Refeição / Horário	2ª FEIRA 08/07	3ª FEIRA 09/07	4ª FEIRA 10/07	5ª FEIRA 11/07	6ª FEIRA 12/07
lanche da manhã 7h40 as 9h00	Leite com café Pão com queijo Frutas	Leite com cacau Biscoito salgado Frutas	Leite com cacau Biscoito doce Frutas	Arroz e feijão preto Farofa de couve e cenoura Carne suína moída Pepino e tomate	Bolo de fubá Leite com café Fruta
Almoço 1h05 as 11h35	Arroz Stroganoff de frango Alface	Risoto Repolho	Macarrão Carne bovina moída Beterraba e cenoura	-----	-----
lanche da tarde 4h40 as 15h00	Biscoito doce Chá de maçã Fruta	Salada de frutas	Bolo de laranja Suco de abacaxi Frutas	Arroz e feijão preto Farofa de couve e cenoura Carne suína moída Pepino e tomate	Bolo de fubá Leite com café Fruta
Refeição / Horário	2ª FEIRA 15/07	3ª FEIRA 16/07	4ª FEIRA 17/07	5ª FEIRA 18/07	6ª FEIRA 19/07
lanche da manhã 7h40 as 9h00					
Almoço 1h05 as 11h35	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
lanche da tarde 4h40 as 15h00					
Refeição / Horário	2ª FEIRA 22/07	3ª FEIRA 23/07	4ª FEIRA 24/07	5ª FEIRA 25/07	6ª FEIRA 26/07
lanche da manhã 7h40 as 9h00					
Almoço 1h05 as 11h35	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
lanche da tarde 4h40 as 15h00					
Refeição / Horário	2ª FEIRA 29/07	3ª FEIRA 30/07	4ª FEIRA 31/07	5ª FEIRA 01/08	6ª FEIRA 02/08
lanche da manhã 7h40 as 9h00	Leite com cacau Biscoito salgado Frutas	Leite com cacau Pão, mortadela e queijo + Frutas	Leite com café Pão com queijo Frutas	Risoto Repolho colorido	Waffle Leite com café Fruta
Almoço 1h05 as 11h35	Sopa de legumes (batatinha, cenoura, batata salsa, chuchu) com massa e carne de frango	Arroz Feijão preto Carne frango Alface	Polenta Carne frango em molho Acelga	-----	-----
lanche da tarde 4h40 as 15h00	Pão com queijo e mortadela Chá de abacaxi Fruta	Biscoito doce Suco de uva Frutas	Bolo de laranja Suco de abacaxi Frutas	Risoto Repolho colorido	Waffle Leite com café Fruta

Composição
Nutricional
(Média Semanal)

**Energia
(kcal)**

973,2

CHO (g)

55 a 65% do VET

158g - 65%

PTN (g)

10 a 15% do VET

24g - 12%

LPD (g)

15 a 30% do VET

26g - 23%

**Cardápio sujeito a
alterações.
Sem aviso prévio**