



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE IPUMIRIM/SC  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL (6 - 10 ANOS) ZONA RURAL – PERÍODO PARCIAL  
NÚCLEO EDUCACIONAL MUNICIPAL PROFESSOR JOÃO JACOB NICODEM

NOVEMBRO / 2024

REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 28/10	3ª FEIRA 29/10	4ª FEIRA 30/10	5ª FEIRA 31/10	6ª FEIRA 01/11
<b>Lanche da manhã</b> 09h15 as 09h45 <b>Lanche da tarde</b> 15h15 as 15h45	Bolo de feijão Leite com cacau Fruta	Mandioca Carne suína cubos Beterraba e cenoura	Arroz e Feijão Carne bovina cubos Brócolis e couve flor	Risoto de coxa e sobrecoxa Alface	Iogurte Granola Fruta
REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 04/11	3ª FEIRA 05/11	4ª FEIRA 06/11	5ª FEIRA 07/11	6ª FEIRA 08/11
<b>Lanche da manhã</b> 09h15 as 09h45 <b>Lanche da tarde</b> 15h15 as 15h45	Pão com frango Leite com cacau Fruta	Arroz Feijão Carne frango em molho Acelga e tomate	Macarrão Carne bovina moída Alface	Polenta Carne suína cubos Repolho e brócolis	Bolo de laranja Suco de uva Fruta
REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 11/11	3ª FEIRA 12/11	4ª FEIRA 13/11	5ª FEIRA 14/11	6ª FEIRA 15/11
<b>Lanche da manhã</b> 09h15 as 09h45 <b>Lanche da tarde</b> 15h15 as 15h45	Bolacha caseira Suco de abacaxi Fruta	Risoto Repolho colorido	Purê de batatas Carne suína moída Beterraba e cenoura cozidas	Arroz e Feijão carioca Carne bovina cubos Tomate e pepino	FERIADO
REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 18/11	3ª FEIRA 19/11	4ª FEIRA 20/11	5ª FEIRA 21/11	6ª FEIRA 22/11
<b>Lanche da manhã</b> 09h15 as 09h45 <b>Lanche da tarde</b> 15h15 as 15h45	Biscoito doce e salgado Suco de uva Fruta	Mandioca Carne suína em cubos Acelga	FERIADO	Macarrão Carne frango moída Repolho colorido	Iogurte Granola Fruta
REFEIÇÃO / HORÁRIOS	2ª FEIRA 25/11	3ª FEIRA 26/11	4ª FEIRA 27/11	5ª FEIRA 28/11	6ª FEIRA 29/11
<b>Lanche da manhã</b> 09h15 as 09h45 <b>Lanche da tarde</b> 15h15 as 15h45	Pão com doce Leite com cacau Fruta	Arroz e feijão preto Carne suína moída Beterraba e cenoura cozidas	Batata corada Carne frango em molho Alface	Risoto Repolho branco	Torta salgada Suco de laranja Fruta

Composição  
Nutricional  
(Média semanal)

Energia  
(kcal)

385,4

CHO (g)

55% a 65% do VET

62g - 63%

PTN (g)

10% a 15% do VET

14g - 15%

LPD (g)

15% a 30% do VET

14g - 22%

**CARDÁPIO SUJEITO A  
ALTERAÇÕES,  
SEM AVISO PRÉVIO**

Nutricionista RT Juliana Canton – CRN 10 3520