



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



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