

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTA ISABEL SÃO PAULO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *(Infantil e Fundamental)*


FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS

PERÍODO *(parcial)*

1 SEMANA 04 DE MARÇO -01 DE ABRIL E 06 DE MAIO 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
DESJEJUM 6:50h	LEITE COM CACAU 100% +BISCOITO SALGADO COM MANTEIGA	FRAPE DE CHOCOLATE (BANANA, LEITE E CACAU 100%)	FRUTA	LEITE COM CACAU 100%+PÃO DE LEITE COM REQUEIJÃO	LEITE COM CACAU 100%+BISCOITO ROSQUINHA COCO OU CHOCOLATE
ALMOÇO 9:30/15:00 h	SALADA+ MACARRAO COM MOLHO DE PTS (PTS ,CARNE MOIDA, ALHO, CEBOLA, PIMENTAO, TOMATE SALSINHA E EXTRATO DE TOMATE)	SALADA ACELGA C/ CENOURA + ARROZ + FEIJÃO + FILE DE SOBRECOXA C/ ACAFRÃO ASSADA + BATATA DOCE, AZEITE E OREGANO SOBREMESA: FRUTA	ARROZ+ (FEIJOADINHA) FEIJÃO PRETO + CARNE SUINA + FAROFA + COUVE COM TOMATE SOBREMESA: FRUTA	SALADA COUVE+ARROZ + FEIJÃO + OVOS COZIDO + CENOURA E BATATA SOBREMESA: FRUTA	SALADA DE ACELGA C/ TOMATE + TOMATE + ARROZ CHINES (CARNE MOIDA + REPOLHO + CENOURA + PIMENTAO + SALSINHA, TOMATE SOBREMESA: FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)• Cálculo segundo Ferramenta Plan PNAE.		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			96 g	20 g	16 g
		531 Kcal	69 %	14%	25%

O HORTIFRUTI SERAO ENTREGUES SEMANALMENTE PARA CUMPRIR O CARDAPIO PROPOSTO, PODENDO SOFRER ALTERACOES PELA NUTRICIONISTA DE ACORDO COM A SAFRA E ENTREGA.HORTIFRUTIS EXCEDENTES ACRESCENTAR AO CARDAPIO DO DIA EVITANDO DESPERDICIIO . A CRIANCA QUE RECUSAR A BATIDA DE FRUTA OFERTAR FRUTA. SE ATENTAR A LISTA DE SUBSTITUIÇÃO PARA CRIANÇAS COM RESTRIÇÃO ALIMENTAR


Sheila Cerqueira Souza
 Nutricionista
 CRN 24.577

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTA ISABEL SÃO PAULO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *(infantil e Fundamental)*


FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS

PERÍODO *(parcial)*

2 SEMANA 11 DE MARÇO-08 E 29 DE ABRIL E 13 DE MAIO DE 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
DESJEJUM 6:50h	LEITE COM CACAU 100% +BISCOITO SALGADO C/ MANTEIGA	FRAPE DE CHOCOLATE (BANANA, LEITE E CACAU 100%)	LEITE COM CACAU 100% +BISCOITO	FRUTA	LEITE COM CACAU 100%+BISCOITO ROSQUINHA COCO OU CHOCOLATE
ALMOÇO 9:30/15:00 h	SALADA +(GALINHADA) + ARROZ+FRANGO EM CUBOS + CENOURA+BATATA E MILHO SOBREMESA: FRUTA	SALADA ESCAROLA C/ CENOURA+ ARROZ+FEIJÃO + PERNIL REFOGADO + BATATA SAUTE SOBREMESA: FRUTA	SALADA ALFACE + MACARRAO COM MOLHO DE PTS (PTS ,CARNE MOIDA, ALHO, CEBOLA, PIMENTAO, TOMATE SALSINHA E EXTRATO DE TOMATE)	SALADA ESCAROLA COM TOMATE + ARROZ+FEIJÃO+COXAO MOLE EM CUBOS COM MANDIOCA SOBREMESA: FRUTA	SALADA PEPINO + ARROZ+FEIJÃO +(FAROFA NUTRITIVA) OVO+ PROTEINA DE SOJA (PTS)CENOURA+ERVILHA +CHEIRO VERDE
Composição nutricional (Média semanal) • Cálculo segundo Ferramenta Plan PNAE.	Energia (Kcal) 708 kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		116g	27g	16g	
		66 %	15%	20%	

O HORTIFRUTI SERAO ENTREGUES SEMANALMENTE PARA CUMPRIR O CARDAPIO PROPOSTO, PODENDO SOFRER ALTERACOES PELA NUTRICIONISTA DE ACORDO COM A SAFRA E ENTREGA. HORTIFRUTIS EXCEDENTES ACRESCENTAR AO CARDAPIO DO DIA EVITANDO DESPERDICIO. A CRIANCA QUE RECUSAR A BATIDA DE FRUTA OFERTAR FRUTA. SE ATENTAR A LISTA DE SUBSTITUIÇÃO PARA CRIANÇAS COM RESTRIÇÃO ALIMENTAR


Sheila Cerqueira Souza
 Nutricionista
 CRN 24.577

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTA ISABEL SÃO PAULO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *(infantil e Fundamental)*

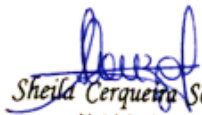
FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS

PERÍODO *(parcial)*

3 SEMANA 18 DE MARÇO-15 DE ABRIL E 20 DE MAIO 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
DESJEJUM 6:50h	LEITE COM CACAU 100% + BISCOITO CREAM CRACKER C/ REQUEIJAO	FRUTA	LEITE COM CACAU 100%+BISCOITO MARIA INTEGRAL	LEITE COM CACAU 100%+BISNAGUINHA INTEGRAL COM MANTEIGA	BATIDA DE BANANA
ALMOÇO 9:30/15:00 h	SALADA PEPINO+ MACARRAO COM MOLHO DE PTS (PTS ,CARNE MOIDA, ALHO, CEBOLA, PIMENTAO, TOMATE SALSINHA E EXTRATO DE TOMATE)	SALADA REPOLHO COM CENOURA + ARROZ + FEIJÃO+ FILE DE SASSAMI GRELHADO + ABOBORA REFOGADA SOBREMESA:FRUTA	ARROZ + (FEIJOADINHA) FEIJÃO PRETO + CARNE SUINA+ FAROFA + SALADA SOBREMESA:FRUTA	SALDA COUVE+ ARROZ+FEIJÃO + OMELETE DE FORNO COM CENOURA, ESPINAFRE , TOMATE, CEBOLA E OREGANO SOBREMESA: FRUTA	SALADA REPOLHO COM TOMATE +ARROZ CARNE MOIDA COM INHAME SOBREMESA: FRUTA
Composição nutricional (Média semanal) • Cálculo segundo Ferramenta Plan PNAE.	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		723 kcal	123 g	32g	16g
		68%	18%	20%	

O HORTIFRUTI SERAO ENTREGUES SEMANALMENTE PARA CUMPRIR O CARDAPIO PROPOSTO, PODENDO SOFRER ALTERACOES PELA NUTRICIONISTA DE ACORDO COM A SAFRA E ENTREGA. HORTIFRUTIS EXCEDENTES ACRESCENTAR AO CARDAPIO DO DIA EVITANDO DESPERDICIO. A CRIANCA QUE RECUSAR A BATIDA DE FRUTA OFERTAR FRUTA. SE ATENTAR A LISTA DE SUBSTITUIÇÃO PARA CRIANÇAS COM RESTRIÇÃO ALIMENTAR


Sheila Cerqueira Souza
 Nutricionista
 CRN 24.577

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTA ISABEL SÃO PAULO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *(infantil e Fundamental)*


FAIXA ETÁRIA 4 A 10 ANOS

PERÍODO *(parcial)*

4 SEMANA 25 DE MARÇO-22 DE ABRIL E 27 DE MAIO DE 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
DESJEJUM 6:50h	LEITE COM CACAU 100%+ROSQUINHA COCO	FRUTA	LEITE COM CACAU 100% +BISCOITO SALGADO C/ MANTEIGA	FRAPE DE CHOCOLATE (BANANA, LEITE E CACAU 100%)	LEITE COM CACAU 100%+ BISCOITO DOCE
ALMOÇO 9:30/15:00 h	SALADA + RISOTO DE FRANGO (FRANGO TRITURADO, ARROZ, ERVILHA, MILHO, CENOURA ,SALSINHA	SALADA + ARROZ+FEIJÃO + FILE DE TILAPIA AO FORNO COM PIMENTAO,CEBOLA E TOMATE + PURE DE BATATA SOBREMESA: FRUTA	SALADA +ARROZ + COXAO MOLE EM CUBOS C/MANDIOCA SOBREMESA: FRUTA	SALADA + MACARRAO COM MOLHO DE PTS (PTS +CARNE MOIDA, ALHO, CEBOLA, PIMENTAO, TOMATE SALSINHA E EXTRATO DE TOMATE) SOBREMESA: FRUTA	SALADA + ARROZ+FEIJÃO+ OVOS COZIDO +CENOURA E CHUCHU SOBREMESA: FRUTA
Composição nutricional (Média semanal) • Cálculo segundo Ferramenta Plan PNAE.	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	649 kcal	102 g	23 g	18 g	
		63%	15%	26%	

O HORTIFRUTI SERAO ENTREGUES SEMANALMENTE PARA CUMPRIR O CARDAPIO PROPOSTO, PODENDO SOFRER ALTERACOES PELA NUTRICIONISTA DE ACORDO COM A SAFRA E ENTREGA. HORTIFRUTIS EXCEDENTES ACRESCENTAR AO CARDAPIO DO DIA EVITANDO DESPERDICIO. A CRIANCA QUE RECUSAR A BATIDA DE FRUTA OFERTAR FRUTA. SE ATENTAR A LISTA DE SUBSTITUIÇÃO PARA CRIANÇAS COM RESTRIÇÃO ALIMENTAR


Sheila Cerqueira Souza
 Nutricionista
 CRN 24.577