SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE CANOINHAS/SC

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 2 - JUNHO, JULHO, AGOSTO E SETEMBRO de 2024

ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

PERÍODO - INTEGRAL – 70%

SEMANA 1

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 10h às 10h e 15min **LANCHE DA TARDE 15h e 15min às 15h e 30min** **EJA – NOTURNO 20h e 15min às 20h e 30min**	Arroz **Omelete de Forno** (Ovo, farinha de trigo, brócolis, cenoura, tomate, fermento em pó, sal) Tangerina ou laranja	**Macarrão Integral** **Peito de Frango Desfiado ao Molho Vermelho** (Tomate, cebola, tempero verde) Salada de Repolho e cenoura ralada Maçã	Alface com Couve Beterraba Ralada Arroz Feijão **Coxa e Sobrecoxa com Batatas**	Sopa de legumes **c/ Carne (Peito de Frango)** (Batata, cenoura, chuchu, brócolis, couve-flor) Opcional Macarrão Banana	**Leite Aquecido** **Bolo de Laranja** (Sem recheio e cobertura) Mamão
ALMOÇO 12H	Repolho Beterraba Ralada Arroz Feijão **Peito de Frango Refogado**	Cenoura Ralada Abobrinha Refogada Arroz Feijão **Ovo Cozido ou Omelete**	Polenta **Peito de Frango ao Molho Vermelho** (Tomate, cebola, tempero verde) Alface Chuchu Cozido	Mista de Acelga e Couve Arroz Feijão **Carne Moída Refogada**	Alface Cenoura Cozida Arroz Feijão **Ovo Cozido ou Omelete**

Observações: Podem ser alteradas as frutas e hortaliças conforme época do ano ou maturação.

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**
	G %	**G %**	**G %**	**G %**

Cardápio Festivo: Festa Junina ou Julina (Junho e Julho)

-Opções conforme livros de receitas repassados pelo Setor de Alimentação Escolar.

Nutricionistas

Caroline Pacheco CRN10 5186 **Cristiane Herbst Mota CRN10 0811**

ESTE DOCUMENTO FOI ASSINADO EM: 29/01/2024 14:24 -03:00 -03
PARA CONFERÊNCIA DO SEU CONTEÚDO ACESSE https://c.atende.net/p65b7df4e2259e.
POR CAROLINE PACHECO EM 29/01/2024 14:24

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE CANOINHAS/SC

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 2 - JUNHO, JULHO, AGOSTO E SETEMBRO de 2024

ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

PERÍODO - INTEGRAL – 70%

SEMANA 2

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 10h às 10h e 15min **LANCHE DA TARDE 15h e 15min às 15h e 30min** **EJA – NOTURNO 20h e 15min às 20h e 30min**	**Arroz Integral** Feijão **Ovo Cozido ou Mexido** Alface c/ tomate Maçã	**Sopa de Feijão com Legumes e Carne Suína** (batata, repolho, couve, tempero verde, cebola, alho) Opcional macarrão Tangerina ou Laranja	Polenta Cremosa **Carne Moída ao Molho Sugo** Abobrinha e Cenoura Refogadas Banana	Suco de Uva **Pão com Frango (peito)** desfiado refogado (com tempero verde, tomate, cebola), alface, cenoura ralada	**Torta Integral de Legumes** (Massa de liquidificador, cenoura, brócolis, tomate, sal e tempero verde)
ALMOÇO 12H	Repolho com Tomate Polenta **Carne Moída ao Molho Vermelho** (Tomate, cebola, cenoura, tempero verde)	Acelga Beterraba Cozida Arroz Feijão **Peito de Frango ao Molho**	Alface Cenoura Ralada Arroz Feijão **Carne Suína Refogada**	Acelga c/ Couve Brócolis Cozido Arroz Feijão **Omelete ou Ovo Cozido**	Alface com Tomate Beterraba Ralada Arroz Feijão **Carne Moída Refogada**

Observações: Podem ser alteradas as frutas e hortaliças conforme época do ano ou maturação.

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**
	**G % **	**G %**	**G %**	**G %**

Cardápio Festivo: Festa Junina ou Julina (Junho e Julho)

-Opções conforme livros de receitas repassados pelo Setor de Alimentação Escolar.

Nutricionistas

Caroline Pacheco CRN10 5186 **Cristiane Herbst Mota CRN10 0811**

ESTE DOCUMENTO FOI ASSINADO EM: 29/01/2024 14:24 -03:00 -03
PARA CONFERÊNCIA DO SEU CONTEÚDO ACESSE https://c.atende.net/p65b7df4e2259e.
POR CAROLINE PACHECO EM 29/01/2024 14:24

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE CANOINHAS/SC

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 2 - JUNHO, JULHO, AGOSTO E SETEMBRO de 2024

ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

PERÍODO - INTEGRAL – 70%

SEMANA 3

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 10h às 10h e 15min **LANCHE DA TARDE 15h e 15min às 15h e 30min** **EJA – NOTURNO 20h e 15min às 20h e 30min**	**Risoto Integral de Frango c/ Talos** (arroz integral, peito de frango, cenoura, tomate, talos e folhas) Opcional: arroz branco Maçã	Alface Beterraba Cozida Arroz **Feijão Carioca** **Carne de Panela (Cubos Bovinos)**	Sopa de Legumes **c/ Carne (Cubos Bovinos)** (Batata, cenoura, chuchu, brócolis, couve-flor) Opcional macarrão Tangerina ou Laranja	Pão Fatiado com requeijão cremoso**, ovos mexidos**, alface, tomate e cenoura ralada	**Bolo de Maçã c/ Banana s/ Açúcar** (Sem recheio e cobertura) **Leite aquecido** Mamão
ALMOÇO 12H	Repolho Beterraba Ralada Arroz Feijão **Ovo cozido ou Omelete**	Macarrão Integral **Peito de Frango ao Molho Sugo** Acelga c/ cenoura ralada	Alface c/ Tomate Arroz Feijão **Ovo cozido ou Omelete**	Arroz Feijão **Peito de Frango Refogado** Refogado de Legumes (brócolis, couve-flor, abobrinha, cenoura)	Acelga com Tomate Arroz Feijão **Carne de Panela (Cubos Bovinos)**

Observações: Podem ser alteradas as frutas e hortaliças conforme época do ano ou maturação.

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**
	G %	**G %**	**G %**	**G %**

Cardápio Festivo: Festa Junina ou Julina (Junho e Julho)

-Opções conforme livros de receitas repassados pelo Setor de Alimentação Escolar.

Nutricionistas

Caroline Pacheco CRN10 5186 **Cristiane Herbst Mota CRN10 0811**

ESTE DOCUMENTO FOI ASSINADO EM: 29/01/2024 14:24 -03:00 -03
PARA CONFERÊNCIA DO SEU CONTEÚDO ACESSE https://c.atende.net/p65b7df4e2259e.
POR CAROLINE PACHECO EM 29/01/2024 14:24

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE CANOINHAS/SC

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 2 - JUNHO, JULHO, AGOSTO E SETEMBRO de 2024

ENSINO FUNDAMENTAL E EJA

PERÍODO - INTEGRAL – 70%

SEMANA 4

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 10h às 10h e 15min **LANCHE DA TARDE 15h e 15min às 15h e 30min** **EJA – NOTURNO 20h e 15min às 20h e 30min**	**Canja de Galinha** (arroz, peito de frango, batata, cenoura, tempero verde, alho, cebola) Mamão	Acelga Cenoura Ralada Arroz Feijão **Cubos Bovinos ao Molho Sugo** Tangerina ou Laranja	Arroz **Estrogonofe de Frango** (Peito em Cubos, Tomate, Leite, Amido) Brócolis cozido e Tomate	**Pão Integral com carne moída refogada**, alface, tomate e cenoura ralada	**Leite Aquecido com Chocolate 50% Cacau** Biscoito Caseiro Doce Maçã e Banana
ALMOÇO 12H	Acelga Beterraba Ralada Arroz Feijão **Ovo Cozido ou Omelete**	**Risoto de Frango** (Peito de Frango, Cenoura, Tomate, Cebola) Salada de Repolho c/ Pepino	Alface c/ Couve Cenoura Cozida Arroz Feijão **Carne Moída Refogada**	Acelga c/ Tomate Brócolis Cozido Arroz Feijão **Peito de Frango ao molho**	Alface Cenoura Ralada Arroz Feijão **Cubos Bovinos ao Molho Sugo**

Observações: Podem ser alteradas as frutas e hortaliças conforme época do ano ou maturação.

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**
	G %	**G %**	**G %**	**G %**

Cardápio Festivo: Festa Junina ou Julina (Junho e Julho)

-Opções conforme livros de receitas repassados pelo Setor de Alimentação Escolar.

Nutricionistas

Caroline Pacheco CRN10 5186 **Cristiane Herbst Mota CRN10 0811**

ESTE DOCUMENTO FOI ASSINADO EM: 29/01/2024 14:24 -03:00 -03
PARA CONFERÊNCIA DO SEU CONTEÚDO ACESSE https://c.atende.net/p65b7df4e2259e.
POR CAROLINE PACHECO EM 29/01/2024 14:24

ORIENTAÇÕES GERAIS 2024

- Sempre utilizar as frutas com o maior grau de maturação.
- Frutas e hortaliças da Agricultura Familiar da região podem ser incluídos no cardápio de acordo com a sazonalidade, como, amora preta, caqui, tangerina, batata doce, morango, batata salsa, pinhão, milho verde, melancia e uva.
- Preparar os alimentos conforme número de alunos que vão consumir a alimentação escolar, perguntar no início das aulas quais alunos querem consumir a refeição naquele dia. Dessa forma, evita desperdícios.
- O setor de alimentação escolar deve ser comunicado em situações de alteração de preparações do cardápio, assim como do horário, já estabelecido no mesmo.
- As preparações poderão ser alteradas se necessário, mas seguindo o cardápio, como trocar um carboidrato pelo outro (macarrão por polenta), ou uma fruta por ou fruta. Lembrando que as preparações doces não podem exceder um dia na semana.
- Os alunos devem consumir os alimentos no refeitório, sentados e evitar falar durante as refeições para não acontecer engasgos.
- As preparações devem ser servidas em utensílios, como, pratos, copos, canecas, cumbucas. Nas preparações cuidar com a apresentação do alimento, servir as frutas cortadas e variar os tipos de cortes de cada alimento.
- Seguir as orientações do Manual de Boas Práticas e Procedimentos Operacionais Padrões.

CARDÁPIOS 1 e 2

- No ano de 2024 terá dois cardápios, o cardápio 1 contempla os meses de março, abril, maio, outubro, novembro e dezembro. O cardápio 2 contempla os meses de junho, julho, agosto e setembro. Se atentar na hora de fazer os pedidos, verificar qual cardápio é no mês.

CARDÁPIOS FESTIVOS

- Nos meses de datas especiais poderá ser feito cardápio diferente, enviamos informativos nutricionais e livros de receitas para esses dias. Outras preparações fora do sugerido deverá ser repassado para o setor de alimentação escolar para devida autorização.

Nutricionistas

Caroline Pacheco CRN10 5186 **Cristiane Herbst Mota CRN10 0811**

Assinado digitalmente por:
CRISTIANE HERBST MOTA
30/01/2024 11:30:14
Assinatura digital avançada com certificado digital não ICP-Brasil.

CAROLINE PACHECO
29/01/2024 14:24:29
Assinatura digital avançada com certificado digital não ICP-Brasil.

ESTE DOCUMENTO FOI ASSINADO EM: 29/01/2024 14:24 -03:00 -03
PARA CONFERÊNCIA DO SEU CONTEÚDO ACESSE https://c.atende.net/p65b7df4e2259e.
POR CAROLINE PACHECO EM 29/01/2024 14:24