

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – ZACARIAS
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL**

Março/2024

	2ª FEIRA 04/03	3ª FEIRA 05/03	4ª FEIRA 06/03	5ª FEIRA 07/03	6ª FEIRA 08/03
Manhã e Tarde	Arroz branco cozido Feijão branco cozido Farofa com carne de frango desfiada Salada de tomate	Canjiquinha com carne suína Salada de alface	Macarrão ao molho de carne moída Salada de pepino Sobremesa: melancia	Arroz branco/parbolizado Feijão preto cozido Filé de frango cozido com batata doce	Sopa de macarrão com filé de frango Salada de alface
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		315	32 g	15 g	14 g
			62%	13 %	25 %

Ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana.

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
 Nutricionista
 CRN-8 15186

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – ZACARIAS
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL**

Março/2024

	2ª FEIRA 11/03	3ª FEIRA 12/03	4ª FEIRA 13/03	5ª FEIRA 14/03	6ª FEIRA 15/03
Manhã e Tarde	Canjiquinha com carnesuína Salada de tomate	Arroz branco/parbolizado Feijão branco cozido Carne moída com mandioca Sobremesa: banana	Arroz com frango Salada de alface Sobremesa: banana	Arroz branco cozido Feijão branco cozido Farofa com carne de frango desfiada Salada de tomate	Macarrão ao molho de carne moída Repolho refogado Sobremesa: Melancia
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	225	46 g	13 g	11 g	
		57%	15 %	28 %	

Ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana.

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
 Nutricionista
 CRN-8 15186

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – ZACARIAS
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL**

Março/2024

	2ª FEIRA 18/03	3ª FEIRA 19/03	4ª FEIRA 20/03	5ª FEIRA 21/03	6ª FEIRA 22/03
Manhã e Tarde	Sopa de macarrão e filé de frango Salada de alface Sobremesa: melancia	Arroz Feijão branco cozido Farofa com carne de frango desfiada	Arroz com frango Salada de tomate Sobremesa: banana	Pernil suino cozido Arroz branco/parbolizado Salada de pepino	Arroz branco/parbolizado Feijão branco cozido Carne moída com milho
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	375	44 g	10 g	12 g	
		58%	14 %	28 %	

Ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana.

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
 Nutricionista
 CRN-8 15186

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – ZACARIAS
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL**

Março/2024

	2ª FEIRA 25/03	3ª FEIRA 26/03	4ª FEIRA 27/03	5ª FEIRA 28/03	6ª FEIRA 29/03
Manhã e Tarde	Pernil suino cozido Arroz branco/parbolizado Mandioca cozida	Sopa de macarrão com filé de frango Sobremesa: goiaba	Arroz branco/parbolizado Feijão preto cozido Farofa com carne de frango desfiada Couve refogada	RECESSO	FERIADO
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		372	58 g	19 g	11 g
			55%	15 %	28 %

Ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana.

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
 Nutricionista
 CRN-8 15186