

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

**CARDÁPIO – ZACARIAS de Góes e Vasconcelos
RURAL
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL**

Novembro /2024

	2ª FEIRA 11/11	3ª FEIRA 12/11	4ª FEIRA 13/11	5ª FEIRA 14/11	6ª FEIRA 15/11
Manhã e Tarde	Arroz cozido Feijão branco cozido Farofa com carne de frango desfiada Couve refogada	Canjiquinha com carne suína Salada de pepino	Sopa de mandioca com carne desfiada Salada de alface e de couve	Arroz branco/parbolizado Feijão preto cozido Músculo cozido Abobrinha refogada	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
		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: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607**

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

**CARDÁPIO – Escola Homero Talevi Campos
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL**

Novembro/2024

		2ª FEIRA 11/11	3ª FEIRA 12/11	4ª FEIRA 13/11	5ª FEIRA 14/11	6ª FEIRA 15/11
Manhã e Tarde	Arroz cozido	Canjiquinha com carne suína	Sopa de	Arroz com músculo		FERIADO
	Feijão branco cozido	Salada de pepino	mandioca com carne desfiada	desfiado	Feijão preto cozido	
	Farofa com carne de frango desfiada		Salada de alface e tomate	Abobrinha refogada		
	Couve refogada					
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	
		324	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: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607**

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

**CARDÁPIO – Juscelino K. de Oliveira
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL**

Novembro/2024

	2ª FEIRA 11/11	3ª FEIRA 12/11	4ª FEIRA 13/11	5ª FEIRA 14/11	6ª FEIRA 15/11
Manhã e Tarde	Arroz cozido Feijão branco cozido Farofa com carne de frango desfiada Repolho refogado	Canjiquinha com carne suína Salada de pepino e tomate	Sopa de mandioca com carne desfiada Salada de alface	Arroz com músculo desfiado Feijão preto cozido Salada mista	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	
	258	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: Luciana Soares Vargas CRN-8 5607**

