

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

CARDÁPIO – JUSCELINO, HOMERO E ZACARIAS
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL

Outubro - Novembro/2023

	2ª FEIRA 30/10	3ª FEIRA 31/10	4ª FEIRA 01/11	5ª FEIRA 02/11	6ª FEIRA 03/11
Manhã e Tarde	Arroz branco/parbolizado Feijão preto cozido Filé de frango cozido Tomate, salada	Canjiquinha com carne suína Mandioca cozida Sobremesa: Abacaxi	Macarrão ao molho de carne moída Brócolis cozido Sobremesa: Pêssego	FERIADO	RECESSO
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			27% a 32% do VET	5% a 8% do VET	7% a 15% do VET
	220	25 g	11 g	8 g	
		27%	8 %	15 %	

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 – JUSCELINO, HOMERO E ZACARIAS
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL**

Novembro/2023

	2ª FEIRA 06/11	3ª FEIRA 07/11	4ª FEIRA 08/11	5ª FEIRA 09/11	6ª FEIRA 10/11
Manhã e Tarde	Arroz branco/parbolizado Feijão preto cozido Carne moída com batata cozida Salada de tomate	Arroz com frango e cenoura Feijão branco cozido Salada de pepino	Canjiquinha com carne suína Couve, manteiga refogada Sobremesa: banana	Arroz com couve Feijão branco cozido Farofa com carne de frango desfiada	Macarrão ao molho de carne moída Abobrinha regofada 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	
	375	49 g	13 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

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

**CARDÁPIO – JUSCELINO, HOMERO E ZACARIAS
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL**

Novembro/2023

	2ª FEIRA 13/11	3ª FEIRA 14/11	4ª FEIRA 15/11	5ª FEIRA 16/11	6ª FEIRA 17/11
Manhã e Tarde	Sopa de macarrão com cenoura, batata e chuchu e filé de frango	Arroz com couve Feijão branco cozido Farofa com carne de frango desfiada Sobremesa: laranja	FERIADO	Pernil suino cozido branco/parbolizado Farofa de couve	Arroz Arroz branco/parbolizado Feijão branco cozido Carne moída com batata cozida Brócolis cozido
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 – JUSCELINO, HOMERO E ZACARIAS
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL**

Novembro/2023

	2ª FEIRA 20/11	3ª FEIRA 21/11	4ª FEIRA 22/11	5ª FEIRA 23/11	6ª FEIRA 24/11
Manhã e Tarde	Pernil suino cozido Arroz branco/parbolizado Farofa de couve	Sopa de macarrão com cenoura, batata e chuchu e filé de frango Sobremesa: laranja	Arroz branco/parbolizado Feijão preto cozido Farofa com carne de frango desfiada Salada de tomate	Canjiquinha com carne suína Salada de pepino	Arroz branco/parbolizado Feijão branco cozido Carne moída com repolho Sobremesa: pessego
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

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

CARDÁPIO – JUSCELINO, HOMERO E ZACARIAS
ENSINO FUNDAMENTAL I
PERÍODO PARCIAL

Novembro/2023

	2ª FEIRA 27/11	3ª FEIRA 28/11	4ª FEIRA 29/11	5ª FEIRA 30/11	6ª FEIRA 01/12
Manhã e Tarde	Canjiquinha com carne suína Salada de chuchu	Arroz branco/parbolizado Feijão branco cozido Carne moída com repolho	Arroz branco/parbolizado Farofa com carne suína desfiada Couve-flor Sobremesa: Laranja	Polenta com carne moída Salada de pepino Sobremesa: banana	Arroz com frango Abobrinha 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
		300	43 g	16 g	10 g
			59%	15 %	26 %

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