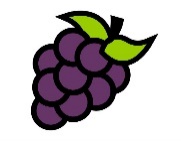
 **SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAOCA – PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL**

**PERÍODO INTEGRAL   
MARÇO 2024**

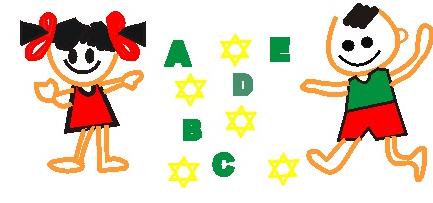
|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1ªSEMANA** | **REFEIÇÃO** | ***Segunda-feira*** | ***Terça-feira*** | ***Quarta-feira*** | ***Quinta-feira*** | ***Sexta-feira***  ***01/03/2024*** |
| **8:15** |  |  |  |  | LEITE MORNO COM CACAU, PÃO COM REQUEIJÃO |
| **10:20** |  |  |  |  | LARANJA |
| **12:00** |  |  |  |  | ARROZ COM AÇAFRÃO, FEIJÃO, PEITO DE FRANGO COZIDO,  SALADA DE GRÃO DE BICO COM TOMATE E CENOURA CRUA RALADA |
| **15:10** |  |  |  |  | MAÇÃ |

1. O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e sazonalidade dos alimentos.
2. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas.
3. A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário.
4. Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composição nutricional do cardápio (média da semana)** | | | | |
| **Modalidade de ensino / faixa etária** | **KCAL** | **CHO** | **PTN** | **LIP** |
| **Pré escola I e II - 4-5 anos** | 905,02 | 123,12 | 30,01 | 25,23 |
| **Ensino Fundamental – 6 e 10 anos** | 1018,21 | 143,15 | 36,24 | 21,52 |



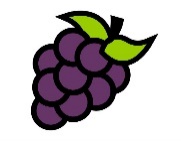
**NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: JAMILE RODRIGUES CRN 39573**

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

**CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL**

**PERÍODO INTEGRAL   
MARÇ0 2024**

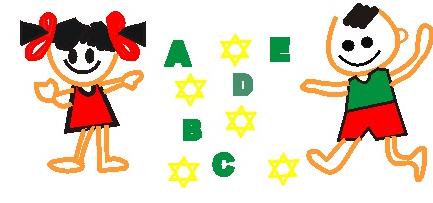
|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **2ªSEMANA** | **REFEIÇÃO** | ***Segunda-feira***  ***04/03/2024*** | ***Terça-feira***  ***05/03/2024*** | ***Quarta-feira***  ***06/03/2024*** | ***Quinta-feira***  ***07/03/2024*** | ***Sexta-feira***  ***08/03/2024*** |
| **8:15** | CHÁ DE ERVA CIDREIRA, PÃO COM REQUEIJÃO | LEITE BATIDO COM BANANA, AVEIA E UVA PASSAS, BISCOIO DOCE | CHÁ DE CAMOMILA, PÃO COM OVO | LEITE BATIDO COM MAÇÃ, AVEIA E UVA PASSAS, BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE | CHÁ DE ERVA CIDREIRA, PÃO COM DOCE DE LEITE |
| **10:20** | MELÃO | LARANJA | MAÇÃ | BANANA | LARANJA |
| **12:00** | ARROZ, FEIJÃO FAROFA DE ABOBRINHA, CARNE MOÍDA REFOGADA COM CENOURA E MILHO VERDE | ARROZ, FEIJÃO FAROFA DE OVO COM ESPINAFRE, SALADA DE ACELGA COM TOMATE PICADO | ARROZ, FEIJÃO MANDIOCA COZIDA COM LOMBO SUÍNO, SALADA DE REPOLHO COM CENOURA CRUA RALADA, SOBREMESA: SUCO DE POLPA DE FRUTA | ARROZ, FEIJÃO ESTROGONOFE DE ABÓBORA CABOTIÁ COM FRANGO, SALADA DE RÚCULA COM TOMATE | ARROZ, FEIJÃO COZIDO COM ABÓBORA, MACARRÃO AO ALHO E ÓLEO, CARNE BOVINA EM CUBOS COZIDA COM ABOBRINHA, SALADA DE TOMATE |
| **15:10** | MAÇÃ | MELANCIA | BANANA | LARANJA | MAÇÃ |

1. O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e sazonalidade dos alimentos.
2. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas.
3. A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário
4. Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composição nutricional do cardápio (média da semana)** | | | | |
| **Modalidade de ensino / faixa etária** | **KCAL** | **CHO** | **PTN** | **LIP** |
| **Pré escola I e II - 4-5 anos** | 911,02 | 121,12 | 30,05 | 26,45 |
| **Ensino Fundamental – 6 e 10 anos** | 1051,21 | 142,15 | 32,24 | 22,52 |



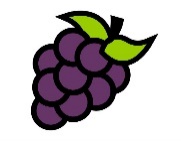
**NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: JAMILE RODRIGUES CRN 39573**

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

**CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL**

**PERÍODO INTEGRAL   
MARÇO 2024**

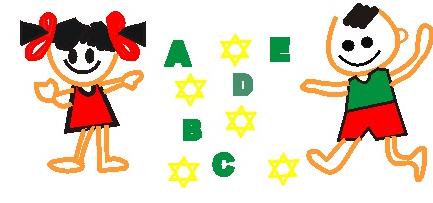
|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **3ªSEMANA** | **REFEIÇÃO** | ***Segunda-feira***  ***11/03/2024*** | ***Terça-feira***  ***12/03/2024*** | ***Quarta-feira***  ***13/03/2024*** | ***Quinta-feira***  ***14/03/2024*** | ***Sexta-feira***  ***15/03/2024*** |
| **8:15** | LEITE QUENTE COM CANELA, PÃO COM REQUEIJÃO | LEITE BATIDO COM MARACUJÁ GELADO, BISCOITO DOCE, MAMÃO | CHÁ DE CAMOMILA, PÃO COM REQUEIJÃO | LEITE MORNO COM CACAU, VIRADO DE OVO | CHÁ DE ERVA CIDREIRA, PÃO COM REQUEIJÃO |
| **10:20** | MAÇÃ | BANANA | MAMÃO | LARANJA | MELÃO |
| **12:00** | ARROZ, FEIJÃO FAROFA DE OVO COM ABOBRINHA E CENOURA CRUA RALADA, SALADA DE TOMATE | ARROZ, FEIJÃO  CARNE MOÍDA REFOGADA COM VAGEM, SALADA ALFACE | ARROZ COM VAGEM, MILHO VERDE E ERVILHA, FEIJÃO, PEITO DE FRANGO COZIDO COM CENOURA, SALADA DE BETERRABA COZIDA | ARROZ, FEIJÃO MACARRÃO COM SARDINHA E CENOURA RALADA, VAGEM COZIDA, SALADA DE TOMATE | ARROZ COM AÇAFRÃO, FEIJÃO, ALMÔNDEGAS DE CARNE AO MOLHO, POLENTA CREMOSA, SALADA DE ALFACE COM TOMATE |
| **15:10** | LARANJA | MELÃO | BANANA | MANGA | MAÇÃ |

1. O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e sazonalidade dos alimentos.
2. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas.
3. A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário
4. Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composição nutricional do cardápio (média da semana)** | | | | |
| **Modalidade de ensino / faixa etária** | **KCAL** | **CHO** | **PTN** | **LIP** |
| **Pré escola I e II - 4-5 anos** | 913,02 | 120,12 | 31,05 | 27,45 |
| **Ensino Fundamental – 6 e 10 anos** | 1031,21 | 143,15 | 31,24 | 23,52 |



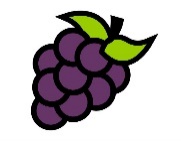
**NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: JAMILE RODRIGUES CRN 39573**

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

**CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL**

**PERÍODO INTEGRAL  
MARÇO 2024**

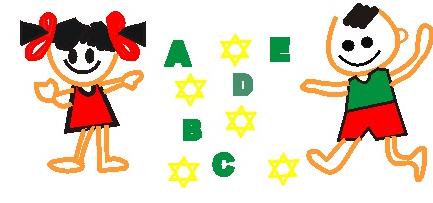
|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **4ªSEMANA** | **REFEIÇÃO** | ***Segunda-feira***  ***18/03/2024*** | ***Terça-feira***  ***19/03/2024*** | ***Quarta-feira***  ***20/03/2024*** | ***Quinta-feira***  ***21/03/2024*** | ***Sexta-feira***  ***22/03/2024*** |
| **8:15** | LEITE QUENTE COM CANELA, PÃO COM REQUEIJÃO | LEITE BATIDO COM ABACATE E BANANA, BISCOITO DOCE | CHÁ DE CAMOMILA, PÃO COM REQUEIJÃO | CHÁ MATTE, VIRADO DE OVO | LEITE MORNO COM CACAU E CANELA, PÃO COM QUEIJO MUSSARELA |
| **10:20** | MAÇÃ | BANANA | MELÃO | LARANJA | PÊRA |
| **12:00** | ARROZ, FEIJÃO OMELETE DE FORNO COM TOMATE E CENOURA CRUA, ABOBRINHA REFOGADA | ARROZ, VIRADO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA REFOGADA COM BATATA, SALADA DE ALFACE | ARROZ, FEIJÃO ESTROGONOFE DE ABÓBORA COM CARNE BOVINA,  SALADA DE ACELGA COM TOMATE, SOBREMESA: SUCO DE POLPA DE FRUTA | ARROZ, FEIJÃO PURÊ DE BATATA, PEITO DE FRANGO DESFIADO AO MOLHO, CENOURA COZIDA, SALADA DE COUVE | ARROZ, FEIJÃO MACARRÃO AO ÓLEO E ALHO, ALMÔNDEGA DE CARNE BOVINA, BATATA COZIDA, SALADA DE COUVE COM CENOURA CRUA RALADA |
| **15:10** | MANGA | PÊRA | BANANA | MANGA | MAÇÃ |

1. O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e sazonalidade dos alimentos.
2. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas.
3. A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário
4. Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composição nutricional do cardápio (média da semana)** | | | | |
| **Modalidade de ensino / faixa etária** | **KCAL** | **CHO** | **PTN** | **LIP** |
| **Pré escola I e II - 4-5 anos** | 922,02 | 126,12 | 32,05 | 26,45 |
| **Ensino Fundamental – 6 e 10 anos** | 1027,21 | 133,15 | 30,24 | 22,52 |



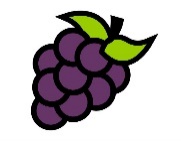
**NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: JAMILE RODRIGUES CRN 39573**

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

**CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL**

**PERÍODO INTEGRAL   
MARÇO 2024**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **5ªSEMANA** | **REFEIÇÃO** | ***Segunda-feira***  ***25/03/2024*** | ***Terça-feira***  ***26/03/2024*** | ***Quarta-feira***  ***27/03/2024*** | ***Quinta-feira***  ***28/03/2024*** | ***Sexta-feira*** |
| **8:15** | LEITE MORNO COM CACAU, PÃO COM REQUEIJÃO | LEITE BATIDO COM ABACATE E BANANA, BISCOITO DOCE | CHÁ DE CAMOMILA, PÃO COM REQUEIJÃO | CHÁ DE ERVA CIDREIRA, VIRADO DE OVO | **FERIADO** |
| **10:20** | MAÇÃ | BANANA | MELÃO | MAMÃO |  |
| **12:00** | ARROZ, VIRADO DE FEIJÃO,  OVO COZIDO, ABOBRINHA REFOGADA | ARROZ, FEIJÃO  CARNE MOÍDA REFOGADA, CHUCHU COZIDO, SALADA DE ALFACE, | ARROZ, FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO, CENOURA COZIDA, SALADA DE TOMATE, SUCO DE POLPA DE FRUTA | ARROZ, FEIJÃO ALMÔNDEGA DE FRANGO ASSADA, CHUCHU E CENOURA COZIDOS, SALADA DE ALFACE | **FERIADO** |
| **15:10** | MELÃO | MAMÃO | BANANA | MAÇÃ |  |

1. O cardápio pode sofrer alterações devido à disponibilidade e sazonalidade dos alimentos.
2. Nas preparações são utilizados apenas temperos naturais como cebola, alho, tomate, óleo de girassol, salsa e outras ervas aromáticas.
3. A fruta poderá ser adiantada conforme sua maturação caso seja necessário
4. Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC.

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Composição nutricional do cardápio (média da semana)** | | | | |
| **Modalidade de ensino / faixa etária** | **KCAL** | **CHO** | **PTN** | **LIP** |
| **Pré escola I e II - 4-5 anos** | 917,02 | 121,12 | 31,05 | 21,45 |
| **Ensino Fundamental – 6 e 10 anos** | 1041,21 | 123,15 | 33,24 | 22,52 |



**NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: JAMILE RODRIGUES CRN 39573**