



PREFEITURA DE CAXIAS DO SUL
Secretaria Municipal da Educação
Setor de Alimentação Escolar
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO ESCOLAS DE EDUCAÇÃO INFANTIL

Consistência sugerida: Normal

16 a 20/05	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã 8h30 às 9h	Leite com canela, biscoito salgado integral	Chá, Pão integral com queijo	Leite com flocos de milho sem açúcar	Leite, pão com requeijão	Leite com aveia, bolo caseiro de abobrinha (farinha de trigo, fermento, ovos, abobrinha, cebola, tomate, tempero verde, sal e orégano)
Almoço 10h50 às 11h30	Arroz, feijão, ovo cozido, salada de cenoura	Massa ao molho de frango (frango, tomate, cebola, alho, orégano e sálvia), salada de beterraba	Arroz, feijão, filé suíno de caçarola (filé suíno, cebola, alho, tempero verde, orégano), salada de cenoura	Arroz, lentilha, peixe colorido (peixe, moranga, cenoura, espinafre, leite, farinha de trigo, cebola, alho), Salada de repolho	Massa à bolonhesa (massa, carne moída, tomate, alho, cebola e tempero verde), vegetais ao forno (Batata, cenoura, chuchu, milho, ervilha, farinha de trigo, leite e cebola), Salada de brócolis
Lanche 14h às 14h30	Mingau de aveia com maçã (leite, aveia e maçã)	Banana e abacate	Bergamota	Mamão	Banana
Pré-janta 16h às 16h30	Aipim com carne ao molho	Bolo caseiro de legumes (tomate, pimentão, brócolis, cenoura, milho, ervilha, leite, farinha de trigo, ovo, fermento e orégano), Suco de uva branco integral	Pizza de carne moída (farinha de trigo, fermento, carne moída, cebola, queijo, alho, sal e molho de tomate), suco de uva tinto	Sopa de feijão com massa caseira (farinha de trigo, ovos e sal)	Risoto de frango (arroz, frango, cebola, tomate, alho, tempero verde e sálvia)

Calorias (kcal)	Proteínas (g)	Lípidos Totais (g)	Lípidos Saturados (g)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Zinco (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
668,2	24,2	14,5	5,6	113,7	12,0	330,9	229,4	4,9	1317,6	3,5	562,0	111,3

23 a 27/05	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã 8h30 às 9h	Leite com canela, cookie caseiro (banana, aveia e uva passa)	Leite e pão com nata	Mingau de aveia com banana (leite, aveia, banana)	Leite puro, pão com queijo	Leite, bolo caseiro de laranja sem açúcar (laranja, farinha de trigo, aveia, fermento de bolo, óleo e ovos)
Almoço 10h50 às 11h30	Arroz, feijão, moranga refogada, salada de tomate	Arroz colorido, frango ao molho (frango, tomate, cebola, alho, orégano e sálvia), salada de alface	Arroz, feijão, espinafre com ovos, salada de beterraba	Arroz, lentilha, cozido da roça (carne bovina, batata doce, moranga e couve folha, cebola), salada de alface	Massa ao molho sugo (massa, cebola, tomate, alho e orégano), bife de fígado acebolado, jardineira de legumes (batata, cenoura, milho, orégano e cebola)
Lanche 14h às 14h30	Suco de uva e rosca de polvilho (polvilho azedo, leite, ovos, óleo e sal)	Salada de frutas (banana, mamão e laranja)	Melão	Mamão	Goiaba
Pré-janta 16h às 16h30	Massa ao molho de atum (atum, tomate, cebola e tempero verde), Salada de tomate	Sopa de lentilha com massa (massa de sopa, frango, lentilha, alho, cebola, tempero verde, legumes disponíveis e louro)	Torta de carne moída (farinha de trigo, óleo, leite, ovos, óleo, sal, queijo, carne moída, cebola, alho, milho e ervilha), suco de uva	Sopa creme de ervilha com legumes (ervilha, legumes disponíveis, cebola, frango e tempero verde)	Dourado de batata com brócolis (batata, leite, cebola, brócolis, tomate, tempero verde)

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL – MÉDIA SEMANAL												
Calorias (kcal)	Proteínas (g)	Lípidos Totais (g)	Lípidos Saturados (g)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Zinco (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
693,7	22,5	12,3	4,7	97,9	9,8	326,8	198,0	4,1	989,0	2,8	537,8	81,6

30/05 a 03/06	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã 8h30 às 9h	Leite, biscoito salgado integral	Chá, Pão integral com queijo	Leite, mamão e ovos mexidos	Leite com canela, Pão com nata	Leite, mamão, bolo caseiro de maçã sem açúcar (maçã, banana, farinha de trigo, ovo e canela)
Almoço 10h50 às 11h30	Arroz, feijão, guisado colorido (tomate, cebola, alho, cenoura, vagem, brócolis, carne moída), salada de tomate	Massa ao molho de frango (massa, tomate, frango, cebola, tempero verde, orégano e sálvia), jardineira de legumes (batata, cenoura, vagem, milho, orégano e cebola)	Arroz, lentilha, couve-folha refogada, salada de cenoura, laranja	Arroz, carne suína com tomate, salada de chuchu	Arroz, feijão, frango assado, salada de rúcula
Lanche 14h às 14h30	Omelete de cenoura com queijo	Manga	Maçã	Laranja com aveia	Abacate e banana
Pré-janta 16h às 16h30	Aipim com carne (aipim, carne bovina, cebola, alho, óleo), salada de brócolis	Sopa de feijão com legumes (massa sopa, feijão, alho, cebola, tempero verde, óleo e sal)	Pizza de milho (farinha de trigo, milho, fermento, sal, óleo, queijo, orégano), suco de uva integral	Guisado com batata, salada de cenoura	Sopa creme de moranga (frango, tempero verde, moranga e cebola)

A consistência poderá sofrer alteração de acordo com a preparação e a faixa etária.

INFORMAÇÃO NUTRICIONAL – MÉDIA SEMANAL												
Calorias (kcal)	Proteínas (g)	Lípidos Totais (g)	Lípidos Saturados (g)	Carboidratos (g)	Fibras (g)	Cálcio (mg)	Magnésio (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)	Zinco (mg)	Vitamina A (mcg)	Vitamina C (mg)
652,6	24,9	13,9	4,9	114,5	11,5	416,0	243,5	4,7	1192,6	3,3	1073,8	98,0

* Para melhorar a aceitabilidade dos sucos naturais pode-se acrescentar outras frutas, como: banana, maçã, melão, melancia ou mamão.

* Nos lanches é permitido oferecer mais de um tipo de fruta, assim como as saladas do almoço, conforme disponibilidade da semana.

* O cardápio está sujeito a alterações, conforme previsto no Art. 33 da Resolução FNDE nº 6, sem prejuízos ao seu valor nutricional.

Adriete Lunelli
CRN2 11100

Andréia Biondo
CRN2 9056

Ana Paula M. Marcon
CRN2 9888

Jéssica Ackermann
CRN2 11343

Natália Guerra
CRN2 8965