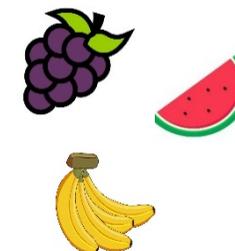




1ª SEMANA	REFEIÇÃO	<i>Segunda-feira</i> 30/09/2024	<i>Terça-feira</i> 01/10/2024	<i>Quarta-feira</i> 02/10/2024	<i>Quinta-feira</i> 03/10/2024	<i>Sexta-feira</i> 04/10/2024
	08:00		CHÁ DE ERVA DOCE, VIRADO DE OVO	LEITE COM CACAU, PÃO COM REQUEIJÃO	CHÁ DE CAMOMILA, VIRADO DE OVO	LEITE COM CACAU, PÃO COM REQUEIJÃO
	09:45		MAÇÃ	BANANA	MANGA	LARANJA
	11:15		ARROZ, FEIJÃO CARNE MOÍDA REFOGADA, BATATA COZIDA, SALADA DE ALFACE	ARROZ, FEIJÃO PATINHO BOVINO COZIDO COM ABÓBORA CABOTIÁ, BRÓCOLIS COZIDO, SALADA DE ACELGA	ARROZ COM LOMBO SUÍNO E CENOURA RALADA, FEIJÃO PRETO BATATA COZIDA, SALADA DE TOMATE	ARROZ, FEIJÃO PEITO DE FRANGO AO MOLHO SUGO, FAROFA DE ABOBRINHA E CENOURA RALADA, SALADA DE REPOLHO
	14:50		CAFÉ COM LEITE, BATATA DOCE COZIDA	LEITE BATIDO COM BANANA, MORANGO E AVEIA, TORRADA COM AZEITE E ORÉGANO	SUCO DE POLPA DE FRUTA, BOLO DE BANANA	LEITE GELADO BATIDO COM MARACUJÁ TORRADA COM AZEITE E ORÉGANO

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.

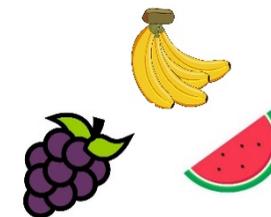


Composição nutricional do cardápio (média da semana)				
Modalidade de ensino / faixa etária	KCAL	CHO	PTN	LIP
Pré escola I e II - 4-5 anos	921,02	121,12	30,05	26,45
Ensino Fundamental – 6 e 10 anos	1251,21	142,15	32,24	22,52



2ª SEMANA	REFEIÇÃO	<i>Segunda-feira</i> 07/10/2024	<i>Terça-feira</i> 08/10/2024	<i>Quarta-feira</i> 09/10/2024	<i>Quinta-feira</i> 10/10/2024	<i>Sexta-feira</i> 11/10/2024
	08:00	LEITE COM CACAU, PÃO COM REQUEIJÃO	CHÁ DE CAMOMILA, VIRADO DE OVO	LEITE BATIDO COM MORANGO E BANANA, PÃO COM REQUEIJÃO	CHÁ DE CAMOMILA, VIRADO DE OVO	LEITE COM CACAU, PÃO COM REQUEIJÃO
	09:45	MAÇÃ	LARANJA	BANANA	MANGA	MELÃO
	11:15	ARROZ, FEIJÃO FAROFA DE CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA E CENOURA CRUA RALADA, SALADA DE TOMATE (TEMPERADA COM LIMÃO E AZEITE)	ARROZ, FEIJÃO MACARRÃO COM BRÓCOLIS E BACON, STEAK DE FRANGO ASSADO, SALADA DE ALFACE (TEMPERADA COM LIMÃO E AZEITE)	ARROZ, FEIJÃO LASANHA AO MOLHO BOLONHESA, CENOURA COZIDA, SALADA DE RÚCULA COM TOMATE (TEMPERADA COM LIMÃO E AZEITE)	ARROZ, FEIJÃO ESTROGONOFE DE FRANGO, BATATA PALHA, SALADA DE ALFACE (TEMPERADA COM LIMÃO E AZEITE)	ARROZ CARRETEIRO, FEIJÃO, BATATA E CENOURA COZIDAS, SALADA DE TOMATE (TEMPERADA COM LIMÃO E AZEITE)
14:50	SUCO DE POLPA DE FRUTA, TORRADA COM DOCE DE LEITE	LEITE GELADO BATIDO COM CACAU, SANDUICHE DE PÃO DE FORMA COM PATÊ DE FRANGO	SUCO DE POLPA DE FRUTA, TORRADA COM AZEITE E ORÉGANO	BOLO SIMPLES DE CHOCOLATE, SALADA DE FRUTAS (COM CALDA DE SUCO DE LARANJA)	SUCO DE POLPA DE FRUTA, PIPOCA SALGADA, 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.



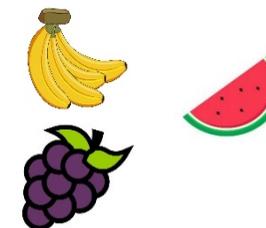
Composição nutricional do cardápio (média da semana)				
Modalidade de ensino / faixa etária	KCAL	CHO	PTN	LIP
Pré escola I e II - 4-5 anos	983,02	120,12	31,05	27,45
Ensino Fundamental – 6 e 10 anos	1081,21	143,15	31,24	23,52

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAOCA – PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL
PERÍODO INTEGRAL
OUTUBRO 2024**



3ª SEMANA	REFEIÇÃO	<i>Segunda-feira 14/10/2024</i>	<i>Terça-feira 15/10/2024</i>	<i>Quarta-feira 16/10/2024</i>	<i>Quinta-feira 17/10/2024</i>	<i>Sexta-feira 18/10/2024</i>
	08:00	LEITE COM CACAU, PÃO COM REQUEIJÃO	CHÁ DE ERVA DOCE, VIRADO DE OVO	LEITE BATIDO COM BANANA, AVEIA E UVA PASSAS, PÃO COM REQUEIJÃO	CHÁ DE CAMOMILA, VIRADO DE OVO	LEITE BATIDO COM BANANA E CACAU, PÃO COM REQUEIJÃO
	09:45	LARANJA	MAMÃO	BANANA	MELÃO	MAÇÃ
	11:15	ARROZ COM AÇAFRÃO, FEIJÃO CARNE MOÍDA COZIDA COM ABOBRINHA, SALADA DE TOMATE	ARROZ, FEIJÃO PERNIL ASSADO COM BATATA, SALADA DE ALFACE	ARROZ, FEIJÃO PEITO DE FRANGO COZIDO, CENOURA COZIDA, SALADA DE COUVE	ARROZ, FEIJÃO PRETO COM LOMBO SUÍNO, FAROFA DE ABOBRINHA, SALADA DE PEPINO	ARROZ, FEIJAO MACARRÃO AO MOLHO SUGO COM CENOURA CRUA RALADA, SALADA DE TOMATE
	14:50	LEITE BATIDO COM MAÇÃ, AVEIA E UVA PASSAS, TORRADA COM AZEITE E ORÉGANO	LEITE BATIDO COM BANANA, AVEIA E UVA PASSAS, BISCOITO DOCE	LEITE GELADO COM CACAU, TORRADA COM AZEITE E ORÉGANO	SUCO DE POLPA DE FRUTA, BOLO DE CENOURA	SUCO DE POLPA DE FRUTA, TORRADA COM ORÉGANO E QUEIJO, LARANJA

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	912,02	126,12	32,05	26,45
Ensino Fundamental – 6 e 10 anos	1073,21	133,15	30,24	22,52

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: JAMILE RODRIGUES CRN 39573

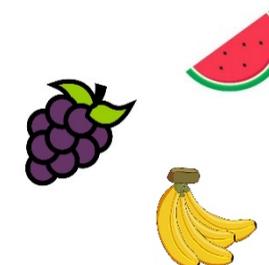


SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAOCA – PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
CARDÁPIO – EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL
PERÍODO INTEGRAL
OUTUBRO 2024



4ª SEMANA	REFEIÇÃO	<i>Segunda-feira</i> 21/10/2024	<i>Terça-feira</i> 22/10/2024	<i>Quarta-feira</i> 23/10/2024	<i>Quinta-feira</i> 24/10/2024	<i>Sexta-feira</i> 25/10/2024
	08:00	CHÁ DE CAMOMILA, PÃO COM REQUEIJÃO	CHÁ MATTE, VIRADO DE OVO	CHÁ DE ERVA DOCE, PÃO COM REQUEIJÃO	CHÁ MATTE, VIRADO DE OVO	LEITE BATIDO COM BANANA E CACAU, PÃO COM REQUEIJÃO
	09:45	MAÇÃ	BANANA	MAMÃO	BANANA	MELÃO
	11:15	ARROZ, FEIJAO OMELETE DE FORNO, FAROFÁ DE ABOBRINHA, SALADA DE TOMATE	ARROZ, FEIJÃO CARNE BOVINA EM CUBOS, BATATA COZIDA, SALADA DE ALFACE	ARROZ, FEIJAO PEITO DE FRANGO COZIDO, CHUCHU COZIDO, SALADA DE ACELGA	ARROZ, FEIJAO PERNIL COZIDO, BATATA SALTEADA, SALADA DE TOMATE	ARROZ, FEIJÃO MACARRÃO COM CARNE MOÍDA AO SUGO, SALADA DE ACELGA
	14:50	LEITE GELADO COM CACAU, TORRADA COM AZEITE E OREGANO, LARANJA	LEITE BATIDO COM MAMAO, AVEIA E UVA PASSAS, BISCOITO DOCE	LEITE GELADO BATIDO COM MORANGO E BANANA, TORRADA COM AZEITE E OREGANO	SUCO DE POLPA DE FRUTA, TORTA DE FRANGO	CHÁ DE ERVA DOCE, TORRADA COM AZEITE E OREGANO, 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.



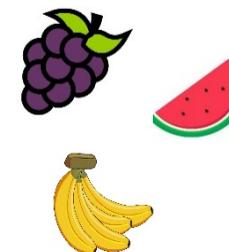
Composição nutricional do cardápio (média da semana)				
Modalidade de ensino / faixa etária	KCAL	CHO	PTN	LIP
Pré escola I e II - 4-5 anos	912,02	126,12	32,05	26,45
Ensino Fundamental – 6 e 10 anos	1163,21	133,15	30,24	22,52

NUTRICIONISTA RESPONSÁVEL: JAMILE RODRIGUES CRN 39573



5ª SEMANA	REFEIÇÃO	<i>Segunda-feira</i> 28/10/2024	<i>Terça-feira</i> 29/10/2024	<i>Quarta-feira</i> 30/10/2024	<i>Quinta-feira</i> 31/10/2024	
	08:00	CHA MATTE, PÃO COM REQUEIJÃO	CHÁ DE CAMOMILA, VIRADO DE OVO	LEITE COM CACAU, PÃO COM REQUEIJÃO	CHÁ DE ERVA DOCE, VIRADO DE OVO	
	09:45	LARANJA	MAÇÃ	BANANA	MAMÃO	
	11:15	ARROZ, FEIJÃO FAROFÁ DE CARNE MOÍDA, OVO E ABOBRINHA, SALADA DE TOMATE	ARROZ, FEIJÃO FILÉ DE FRANGO AO MOLHO SUGO, CENOURA COZIDA, SALADA DE RÚCULA	MACARRÃO AO MOLHO COM CARNE EM CUBOS, CENOURA COZIDA E BATATA, FEIJÃO SALADA DE ALFACE	ARROZ, FEIJÃO PURÊ DE BATATA, Lombo SUÍNO COZIDO, SALADA DE BETERRABA	
	14:50	LEITE BATIDO COM MAÇÃ, AVEIA E UVA PASSAS, BISCOITO DOCE	LEITE BATIDO COM BANANA E AVEIA, BISCOITO DOCE	SUCO DE POLPA DE FRUTA, TORRADA COM AZEITE E ORÉGANO, MELÃO	LEITE GELADO BATIDO COM BANANA E CACAU, BOLO DE CENOURA	

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	921,02	121,12	30,05	26,45
Ensino Fundamental – 6 e 10 anos	1251,21	142,15	32,24	22,52