

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

Cardápio: Ensino Fundamental
Zona: Urbana
Faixa Etária: Acima de 5 anos
Período: Parcial e Contraturno



jun/24

	2ª FEIRA 03/jun	3ª FEIRA 04/jun	4ª FEIRA 05/jun	5ª FEIRA 06/jun	6ª FEIRA 07/jun
Lanche Matutino *9h - 10h	Arroz Espaguete à Bolonhesa (macarrão com carne moida) Salada: Beterraba Cozida Chuchu Cozido	Arroz/ Feijão Farofa com cenoura ralada Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Repolho Tomate	Pão Fatiado com Manteiga Chocolate Quente (Leite com Chocolate 50% cacau) Maçã	Polenta/ Arroz Carne Moida Salada: Pepino Cenoura Cozida Banana (Opção: polenta com leite)	Arroz/ Feijão Batata Sauté Peixe Assado Salada: Repolho e Pepino Pokan (Opção: Caldo de Peixe ou Peixe Ensopado)
Almoço	Arroz/Feijão Sobrecoxa de Frango Ensopado Salada: Repolho Tomate	Polenta/ Arroz Carne Moida Salada: Cenoura cozida Pepino	Arroz/Feijão Farofa Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Tomate e Couve Flor Cozida	Arroz/Feijão Aipim Cozido Carne de Panela Salada: Beterraba Cozida Alface	Arroz/Macarrão Sobrecoxa de Frango Ensopado Frutas
Lanche Vespertino *14h30 - 15h30	Polenta/ Arroz Carne de Panela Salada: Cenoura cozida Pepino	Arroz/Feijão Omelete com legumes Salada: Brócolis Cozido	Arroz/Feijão Farofa Carne de Panela Salada: Beterraba Cozida Repolho Pokan	Arroz/Macarrão Sobrecoxa de Frango Ensopado Salada: Tomate Couve Flor Cozida Maçã	Pão Caseiro com Manteiga Chocolate Quente (Leite com Chocolate 50% cacau) Banana

Tatiane Wosnes
CRN 2070

Karla Medeiros Luiz López
CRN 1268

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educç

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE

Cardápio: Ensino Fundamental
Zona: Urbana
Faixa Etária: Acima de 5 anos
Período: Parcial e Contraturno



jun/24

	2ª FEIRA 10/jun	3ª FEIRA 11/jun	4ª FEIRA 12/jun	5ª FEIRA 13/jun	6ª FEIRA 14/jun
Lanche Matutino *9h - 10h	Polenta/ Arroz Frango Ensopado Salada: Repolho e Beterraba Cozida (Opção: Polenta com Leite)	Arroz/ Feijão Farofa Carne de Panela Salada: Pepino Cenoura Cozida (Opção: Carreteiro)	Pão de Hot Dog com Ovo Mexido Suco de Frutas Maçã	Arroz/Feijão Carne moída com aipim Salada: Repolho Tomate Banana	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Salada Mista Pokan
Almoço	Arroz/Feijão Farofa Carne de Panela Salada: Cenoura Cozida Pepino	Risoto Salada: Repolho e Tomate	Arroz/ Feijão Peixe Assado Salada: Couve Flor Cozida Pepino	Arroz/Macarrão Sobrecoxa de Frango Ensopada Salada: Salada mista	Arroz/Feijão Batata Doce Carne de Panela Salada: Repolho
Lanche Vespertino *14h30 - 15h30	Arroz/Macarrão Carne Moída Salada: Chuchu Cozido Tomate	Arroz/Feijão Batata Sauté Peixe Assado Salada: Brócolis Cozido	Arroz/Polenta Carne Moída Salada: Beterraba Cozida Repolho Pokan	Arroz/Feijão Ovo Mexido Salada: Cenoura Cozida Pepino Maçã	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Melado Suco de Uva Integral Banana

Tatiane Wosnes
 CRN 2070

Karla Medeiros Luiz López
 CRN 1268

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educ:

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE

Cardápio: Ensino Fundamental
Zona: Urbana
Faixa Etária: Acima de 5 anos
Período: Parcial e Contraturno



jun/24

	2ª FEIRA 17/jun	3ª FEIRA 18/jun	4ª FEIRA 19/jun	5ª FEIRA 20/jun	6ª FEIRA 21/jun
Lanche Matutino *9h - 10h	Risoto de Frango Salada: Pepino Beterraba Cozida (Opção: Sopa de Frango com legumes)	Arroz/ Feijão Farofa Carne de Panela Purê de Abóbora Salada: Repolho Cenoura Cozida	Pão Hot Dog com Carne Moída Suco de Fruta Laranja	Arroz/ Feijão Farofa com Abobrinha Ralada Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Tomate Alface Banana	Arroz/ Feijão Bolinho de Carne assado Salada: Salada Mista Tangerina/pokan
Almoço	Arroz/Feijão Carne de Panela com Batatas Salada: Repolho Cenoura Cozida	Arroz/Macarrão Sobrecoxa de Frango Ensopada Salada: Beterraba Cozida Pepino	Arroz/Feijão Farofa Carne de Panela Salada: Tomate e Couve Flor Cozida	Arroz/Polenta Carne Moida Salada: Salada mista	Arroz/Feijão Farofa Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Alface Tomate
Lanche Vespertino *14h30 - 15h30	Arroz/Polenta Sobrecoxa de Frango Ensopada Salada: Pepino e Beterraba Cozida	Pão de Hot Dog Ovo Mexido Suco de Uva	Arroz/Macarrão Sobrecoxa de Frango Ensopada Salada: Brócolis Cenoura Cozida Banana	Arroz/Feijão Carne de Panela Salada: Repolho Pokan	Bolo de Baunilha Suco de Frutas Maçã

Tatiane Wosnes
 CRN 2070

Karla Medeiros Luiz López
 CRN 1268

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educ:

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE

Cardápio: Ensino Fundamental
Zona: Urbana
Faixa Etária: Acima de 5 anos
Período: Parcial e Contraturno



jun/24

2ª FEIRA
24/jun

3ª FEIRA
25/jun

4ª FEIRA
26/jun

5ª FEIRA
27/jun

6ª FEIRA
28/jun

Lanche Matutino *9h - 10h	Sopa de Carne, Aletria e legumes (batata, cenoura, abobrinha, chuchu) Maçã (Opção: Carreteiro e saladas)	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Abobrinha Refogada Salada: Tomate com Cebola	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Melado Suco de Fruta Pokan	Arroz/Feijão Carne de Panela Batata Doce Cozida Salada: Repolho Beterraba Cozida Banana (Opção: Carreteiro)	Bolo de Milho Suco de Uva Pipoca Maçã Sugestão: Aquecer o suco de uva com canela, cravo, gengibre e pedaços de maçã desidratada.
Almoço	Arroz/Polenta Frango Ensopado Salada: Repolho e Tomate Frutas	Arroz/Feijão Farofa com abobrinha Carne de Panela Salada: Salada Mista	Arroz/Macarrão Frango Ensopado Salada: Repolho e Beterraba Cozida	Arroz/Feijão Ovos Mexidos Salada: Salada Mista	Arroz/Feijão Carne Moida com Cenoura e Batatas Salada: Salada Mista
Lanche Vespertino *14h30 - 15h30	Arroz/Feijão Carne Moida Salada: Pepino Beterraba Cozida	Pão Caseiro com Manteiga Chocolate Quente (Leite com Chocolate 50% cacau)	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoca de Frango Assada Salada: Tomate e Pepino Laranja	Arroz/Macarrão Carne Moida Abobrinha Refogada Salada: Repolho Mamão e Banana	Bolo de Milho Suco de Uva Pipoca Maçã

Tatiane Wosnes
CRN 2070

Karla Medeiros Luiz López
CRN 1268

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educ: