

**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



set/24

	2ª FEIRA 02/set	3ª FEIRA 03/set	4ª FEIRA 04/set	5ª FEIRA 05/set	6ª FEIRA 06/set
Lanche Matutino *9h - 10h	Arroz Espaguete à Bolonhesa (macarrão com carne moida) Salada: Repolho e Cenoura ralada	Arroz/ Feijão Farofa com couve Sobrecoxa de frango ensopado Salada: Beterraba Cozida e pepino	Pão Caseiro Manteiga Suco de Uva Integral Mexerica/Tangerina	Arroz/ Feijão Farofa com cenoura Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Alface e Couve flor cozida Banana	Polenta/ Arroz Carne de Panela Ensopada Salada: Cenoura cozida e repolho Maçã
Almoço	Arroz/Feijão Farofa Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Repolho Tomate	Polenta/ Arroz Carne Moida Salada: Cenoura cozida Alface	Arroz/Macarrão Sobrecoxa de Frango Ensopado Salada: Tomate e Couve Flor Cozida	Arroz/Feijão Aipim Cozido Carne de Panela Salada: Beterraba Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Peixe Assado em cama de batata, cebola e tomate Salada mista
Lanche Vespertino *14h30 - 15h30	Polenta/ Arroz Carne de Panela Salada: Beterraba cozida Pepino	Arroz/Feijão Omelete com legumes Salada: Brócolis Cozido	Arroz/Feijão Farofa Carne de Panela Salada: Beterraba Cozida Repolho Banana	Arroz/Macarrão Picadinho de Frango Salada: Tomate Couve Flor Cozida Mexerica/Tangerina Maçã	Pão Caseiro Manteiga Suco de Uva Integral 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 Educação.

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



set/24

	2ª FEIRA 09/set	3ª FEIRA 10/set	4ª FEIRA 11/set	5ª FEIRA 12/set	6ª FEIRA 13/set
Lanche Matutino *9h - 10h	Polenta/ Arroz Frango Ensopado Salada: Repolho e Beterraba Cozida (Opção: Polenta com Leite)	Arroz/ Feijão Farofa com abobrinha Carne Moida Salada: Pepino Cenoura Cozida (Opção: Carreteiro)	Pão de Hot Dog com ovos mexidos Suco de Frutas Laranja	Arroz Vaca atolada (aipim com carne de panela ensopada) Salada: Alface e Couve Flor Cozida Banana	Arroz/ Feijão Pure de Batatas Peixe Assado Salada: Chuchu com Tomate Maçã (Opção: Peixe ao molho sugo ou bolinho de peixe assado)
Almoço	Arroz/ Feijão Farofa Carne de Panela Salada: Cenoura Cozida Pepino	Risoto Salada: Repolho e Tomate	Arroz/ Feijão Omelete com legumes 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 Espaguete à Bolonhesa (macarrão com carne moida) Salada: Chuchu Cozido Tomate	Pão Fatiado Patê de Frango Alface e Tomate Suco de Uva	Arroz/ Polenta Carne Moida Salada: Beterraba Cozida Repolho Banana	Arroz/ Feijão Ovo Mexido Salada: Cenoura Cozida Pepino Maçã	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas Suco de Uva Integral Laranja

Tatiane Wosnes
CRN 2070

Karla Medeiros Luiz López
CRN 1268

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

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



set/24

	2ª FEIRA 16/set	3ª FEIRA 17/set	4ª FEIRA 18/set	5ª FEIRA 19/set	6ª FEIRA 20/set
Lanche Matutino *9h - 10h	Risoto de Frango Salada: Pepino Beterraba Cozida	Arroz/ Feijão Farofa Carne de Panela Purê de Abóbora Salada: Repolho Brócolis Cozido	Pão Caseiro Manteiga Chocolate quente ou gelado (leite com cacau 50%) Maçã	Arroz/ Feijão Farofa com Abobrinha Ralada Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Tomate Alface Banana	Arroz/ Polenta Carne Moida Salada: Repolho e Cenoura Cozida Laranja
Almoço	Arroz/ Feijão Carne de Panela com Batatas Salada: Repolho Cenoura Cozida	Arroz/ Macarrão Sobrecoxa de Frango Ensopada Salada: Beterraba Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Peixe Assado 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: Tomate e Chuchu Cozido	Arroz/ Feijão Purê de Batatas Peixe Assado Salada: Brócolis Cozido	Arroz/ Macarrão Sobrecoxa de Frango Ensopada Salada: Brócolis Cenoura Cozida Banana	Arroz Vaca atolada (aipim com carne de panela ensopada) Salada: Repolho Laranja	Bolo de Chocolate Iogurte 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 Educação.

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



set/24

	2ª FEIRA 23/set	3ª FEIRA 24/set	4ª FEIRA 25/set	5ª FEIRA 26/set	6ª FEIRA 27/set
Lanche Matutino *9h - 10h	Arroz Espaguete à Bolonhesa (macarrão com carne moída) Salada: Pepino Beterraba Cozida	Arroz/ Feijão Picadinho de Frango com legumes (Cubos de peito de frango refogado, batatas, cenoura, chuchu, cheiro verde) Salada: Repolho	Pão Fatiado Patê de Frango Alface e Tomate Suco de Uva Mexerica/ Tangerina	Arroz/ Feijão Batata Doce assada Carne de Panela Ensopada Salada: Tomate com Cebola Banana	Bolo de Chocolate Iogurte Maçã
Almoço	Arroz/ Polenta Sobrecoxa de Frango Ensopado Salada: Tomate e Cebola	Arroz/ Feijão Farofa com abobrinha Carne de Panela Salada: Salada Mista	Arroz/ Feijão Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Repolho e Cenoura ralada	Arroz/ Macarrão Carne Moida Salada: Alface e Beterraba Cozida	Arroz/ Feijão Picadinho de Frango com Cenoura e Batatas Salada Mista
Lanche Vespertino *14h30 - 15h30	Arroz/ Feijão Carne de Panela Salada: Repolho Cenoura ralada	Pão Caseiro com Manteiga Chocolate Quente (Leite com Chocolate 50% cacau)	Arroz/ Polenta Carne Moida Salada: Pepino e Beterraba Cozida Maçã	Arroz/ Feijão Farofa com abobrinha Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Tomate e Pepino Laranja	Pão de Hot Dog Ovos Mexidos Suco de Uva Banana e Mamão

Tatiane Wosnes
CRN 2070

Karla Medeiros Luiz López
CRN 1268

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

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



set/24

	2ª FEIRA 30/set	3ª FEIRA 01/out	4ª FEIRA 02/out	5ª FEIRA 03/out	6ª FEIRA 04/out
Lanche Matutino *9h - 10h	Arroz Espaguete à Bolonhesa (macarrão com carne moida) Salada: Repolho e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa com Couve Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Beterraba Cozida e pepino	Pão de Hot Dog Carne Moida Suco de Uva Integral Maçã	Arroz/ Feijão Farofa Picadinho de Frango com Legumes (cubos e frango, batata, cenoura, chuchu, cheiro verde) Salada: Repolho Banana e Mamão	Polenta/ Arroz Carne Moida Salada: Cenoura cozida e Pepino Laranja
Almoço	Arroz/ Polenta Frango Ensopado Salada: Tomate e Cebola	Arroz/ Feijão Carne de Panela Salada: Cenoura ralada e Brócolis cozido	Arroz/ Feijão Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Alface e Couve Flor cozida	Arroz/ Macarrão Carne Moida Salada: Beterraba Cozida e Chuchu Cozido	Arroz/ Feijão Picadinho de Frango com Cenoura e Batatas Salada Mista
Lanche Vespertino *14h30 - 15h30	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas Salada: Repolho Beterraba Cozida	Pão Caseiro com Manteiga Chocolate Quente (Leite com Chocolate 50% cacau)	Arroz Espaguete à Bolonhesa (macarrão com carne moida) Salada: Repolho e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Tomate e Pepino Laranja	Pão de Hot Dog Ovos Mexidos Suco de Uva 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 Educação.