

**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



out/24

	2ª FEIRA 07/out	3ª FEIRA 08/out	4ª FEIRA 09/out	5ª FEIRA 10/out	6ª FEIRA 11/out
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 Chocolate gelado (leite com cacau 50%) Maçã	Polenta/ Arroz Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Alface e Couve flor cozida Banana	Pão de Hamburger Hamburger caseiro assado, alface e tomate Suco de frutas Pipoca Melancia
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 Omelete com legumes Salada mista
Lanche Vespertino *14h30 - 15h30	Polenta/ Arroz Carne de Panela Salada: Beterraba cozida Pepino	Pão de Hot Dog com Ovo Mexido Suco de uva Integral Melancia	Arroz/Feijão Farofa Carne de Panela Salada: Beterraba Cozida Repolho Banana	Arroz/Macarrão Picadinho de Frango Salada: Tomate Couve Flor Cozida Melancia	Pão de Hamburger Hamburger caseiro assado, alface e tomate Suco de frutas 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 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



out/24

2ª FEIRA
14/out

3ª FEIRA
15/out

4ª FEIRA
16/out

5ª FEIRA
17/out

6ª FEIRA
18/out

Lanche Matutino *9h - 10h	Polenta/ Arroz Sobrecoxa Ensopada Salada: Repolho e Beterraba Cozida (Opção: Polenta com Leite)		Pão de Hot Dog com Ovo Mexido Suco de Frutas Maçã	Arroz Vaca atolada (aipim com carne de panela ensopada) Salada: Alface Brócolis Cozido Banana	Arroz/ Feijão Peixe Assado em camadas de batata, cebola e tomate Salada: Pepino e Cenoura Cozida Laranja (Opção: Peixe ao molho sugo ou bolinho de peixe assado)
Almoço	Arroz/ Feijão Farofa Carne de Panela Salada: Cenoura Cozida Pepino	Dia do Professor	Arroz/ Macarrão Carne Moída Salada: Couve Flor Cozida Tomate	Arroz/ Feijão Farofa 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 moída) Salada: Chuchu Cozido Tomate		Arroz/ Polenta Sobrecoxa de Frango Ensopada 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 Melancia

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



out/24

	2ª FEIRA 21/out	3ª FEIRA 22/out	4ª FEIRA 23/out	5ª FEIRA 24/out	6ª FEIRA 25/out
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 Melancia
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 Melancia	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



out/24

	2ª FEIRA 28/out	3ª FEIRA 29/out	4ª FEIRA 30/out	5ª FEIRA 31/out	6ª FEIRA 01/nov
Lanche Matutino *9h - 10h	Arroz Espaguete à Bolonhesa (macarrão com carne moida) 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 Laranja	Arroz/ Feijão Batata Doce assada Carne de Panela Ensopada Salada: Tomate com Cebola Banana	Bolo de Cenoura 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.