

**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



**nov/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 04/nov	<b>3ª FEIRA</b> 05/nov	<b>4ª FEIRA</b> 06/nov	<b>5ª FEIRA</b> 07/nov	<b>6ª FEIRA</b> 08/nov
<b>Lanche Matutino</b>  *9h - 10h	Macarrão/Arroz Carne Moida <b>Salada:</b> Chuchu e Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Farofa de couve Sobrecoxa de Frango Assado <b>Salada:</b> Repolho	Pão de hot dog com Ovo Mexido Suco de Fruta  Maçã	Arroz Aipim Cozido Frango Ensopado <b>Salada:</b> Pepino e Tomate  Banana	Arroz/ Feijão Pure de Batatas Peixe assado <b>Salada:</b> Beterraba cozida Alface  Melancia
<b>Almoço</b>	Arroz/Feijão Farofa Sobrecoxa de Frango Assada <b>Salada:</b> Repolho	Polenta/ Arroz Carne Moida <b>Salada:</b> Cenoura cozida Alface	Arroz/Macarrão Sobrecoxa de Frango Ensopado <b>Salada:</b> Tomate e Couve Flor Cozida	Arroz/Feijão Carne de Panela <b>Salada:</b> Beterraba Cozida e Alface	Arroz/ Feijão Omelete com legumes Salada mista
<b>Lanche Vespertino</b>  *14h30 - 15h30	Polenta/ Arroz Carne de Panela <b>Salada:</b> Beterraba cozida Repolho	Pão de Hot Dog com Ovo Mexido Suco de uva Integral	Arroz/Feijão Farofa Carne de Panela com Chuchu e cenoura <b>Salada:</b> Pepino Banana	Arroz/Macarrão Picadinho de Frango <b>Salada:</b> Tomate Couve Flor Cozida 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



**nov/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 11/nov	<b>3ª FEIRA</b> 12/nov	<b>4ª FEIRA</b> 13/nov	<b>5ª FEIRA</b> 14/nov	<b>6ª FEIRA</b> 15/nov
<b>Lanche Matutino</b>  *9h - 10h	Polenta/ Arroz Carne Moida  <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/Feijão Batata assada Sobrecoxa de Frango Ensopado  <b>Salada:</b> Pepino e Cenoura Cozida	Pão com Manteiga e Queijo Suco de Uva Integral  Banana	Macarrão <b>Arroz Vermelho</b> Carne Moida com Molho de Tomate  <b>Salada:</b> Alface e Tomate  Melancia	
<b>Almoço</b>	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoxa de Frango Assada <b>Salada:</b> Cenoura Cozida	Arroz/ Polenta Carne Moida <b>Salada:</b> Tomate e Cebola	Arroz/ Macarrão Carne Moída <b>Salada:</b> Couve Flor Cozida Tomate	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoxa de Frango Ensopada <b>Salada:</b> Salada mista	<b>Feriado</b>  <b>Proclamação da República</b>
<b>Lanche Vespertino</b>  *14h30 - 15h30	Arroz Espaguete à Bolonhesa (macarrão com carne moida) <b>Salada:</b> Beterraba Cozida	Pão Fatiado Manteiga e/ou Doce de Frutas Suco de Frutas	Arroz/ Polenta Sobrecoxa de Frango Ensopada <b>Salada:</b> Repolho  Maçã	Arroz/ Feijão Pure de Batatas Peixe assado <b>Salada:</b> Pepino  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 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



**nov/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 18/nov	<b>3ª FEIRA</b> 19/nov	<b>4ª FEIRA</b> 20/nov	<b>5ª FEIRA</b> 21/nov	<b>6ª FEIRA</b> 22/nov
<b>Lanche Matutino</b>  *9h - 10h	Risoto de Frango <b>Salada:</b> Repolho e Cenoura	Arroz/ Feijão Farofa Carne Moida <b>Salada:</b> Alface Couve Flor Cozida		Arroz/ Polenta Sobrecoxa de Frango Ensopada Abóbriinha refogada <b>Salada:</b> Repolho  Melancia	Arroz/ Feijão Batata doce assada ou cozida Carne de Panela <b>Salada:</b> Beterraba cozida Pepino  Laranja
<b>Almoço</b>	Arroz/ Feijão Carne de Panela com Batatas <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/ Macarrão Sobrecoxa de Frango Ensopada <b>Salada:</b> Beterraba Cozida Pepino	<b>Feriado</b>  <b>Dia da Consciência Negra</b>	Arroz/ Polenta Carne Moida <b>Salada:</b> Salada mista	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoxa de Frango Assada <b>Salada:</b> Alface Tomate
<b>Lanche Vespertino</b>  *14h30 - 15h30	Arroz/ Polenta Sobrecoxa de Frango Ensopada <b>Salada:</b> Beterraba Cozida	Arroz/ Feijão Carne de Panela com batatas <b>Salada:</b> Brócolis Cozido e Tomate		Arroz Espaguete à Bolonhesa (macarrão com carne moida) <b>Salada:</b> Repolho  Melancia	Pão Fatiado Manteiga 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 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



**nov/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 25/nov	<b>3ª FEIRA</b> 26/nov	<b>4ª FEIRA</b> 27/nov	<b>5ª FEIRA</b> 28/nov	<b>6ª FEIRA</b> 29/nov
<b>Lanche Matutino</b>  *9h - 10h	Polenta/Arroz Carne Moída com Molho <b>Salada:</b> Chuchu e Cenoura Cozidos	Arroz/ Feijão Picadinho de Frango com legumes (Cubos de frango, batata, cenoura, Chuchu, cheiro verde) <b>Salada:</b> Repolho	Pão Fatiado Patê de Frango Alface e Tomate Suco de Uva Integral  Banana	Arroz/Feijão Farofa Carne de panela <b>Salada:</b> Tomate com cebola  Maçã	Bolo de Cenoura Iogurte Pipoca  Melancia
<b>Almoço</b>	Risoto <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/ Feijão Farofa com abobrinha Carne de Panela <b>Salada:</b> Salada Mista	Arroz/ Feijão Sobrecoxa de Frango Assada <b>Salada:</b> Repolho e Cenoura ralada	Arroz/ Macarrão Carne Moída <b>Salada:</b> Alface e Beterraba Cozida	Arroz/ Feijão Picadinho de Frango com Cenoura e Batatas Salada Mista
<b>Lanche Vespertino</b>  *14h30 - 15h30	Arroz/ Feijão Carne de Panela <b>Salada:</b> Beterraba Cozida	Pão Caseiro com Manteiga Chocolate Frio (Leite com Chocolate 50% cacau)	Arroz/ Polenta Carne Moída <b>Salada:</b> Pepino e Tomate  Maçã	Arroz/ Feijão Farofa com abobrinha Sobrecoxa de Frango Assada <b>Salada:</b> Repolho  Laranja	Bolo de Cenoura Iogurte Pipoca  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



**dez/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 02/dez	<b>3ª FEIRA</b> 03/dez	<b>4ª FEIRA</b> 04/dez	<b>5ª FEIRA</b> 05/dez	<b>6ª FEIRA</b> 06/dez
<b>Lanche Matutino</b>  *9h - 10h	Macarrão/Arroz Carne Moida <b>Salada:</b> Repolho e Cenoura ralada	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoca de Frango Assada <b>Salada:</b> Tomate e Alface	Pão Fatiado com Manteiga Chocolate Gelado (Leite com Chocolate 50% cacau)  Banana	Polenta <b>Arroz Vermelho</b> Sobrecoca de Frango Ensopada <b>Salada:</b> Beterraba e Pepino  Maçã	Pão de Hamburguer Hamburguer caseiro assado Tomate e alface Suco de Frutas  Melancia
<b>Almoço</b>	Arroz/ Polenta Sobrecoca de Frango Ensopado <b>Salada:</b> Beterraba Cozida	Arroz/ Feijão Farofa com abobrinha Carne de Panela <b>Salada:</b> Salada Mista	Arroz/ Feijão Sobrecoca de Frango Assada <b>Salada:</b> Repolho e Cenoura ralada	Arroz/ Macarrão Carne Moida <b>Salada:</b> Alface e Beterraba Cozida	Arroz/ Feijão Picadinho de Frango com Cenoura e Batatas Salada Mista
<b>Lanche Vespertino</b>  *14h30 - 15h30	Arroz/ Feijão Carne de Panela Salada mista	Pão Caseiro com Manteiga Chocolate Quente (Leite com Chocolate 50% cacau)	Arroz/ Polenta Carne Moida <b>Salada:</b> Pepino e Beterraba Cozida  Maçã	Arroz/ Feijão Farofa com abobrinha Sobrecoca de Frango Assada <b>Salada:</b> Tomate e Pepino  Laranja	Pão de Hamburguer Hamburguer caseiro assado Tomate e alface Suco de Frutas  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



**dez/24**

**2ª FEIRA**  
09/dez

**3ª FEIRA**  
10/dez

**4ª FEIRA**  
11/dez

**5ª FEIRA**  
12/dez

**6ª FEIRA**  
13/dez

<p align="center"><b>Lanche Matutino</b></p> <p align="center">*9h - 10h</p>	<p>Macarrão/Arroz  Carne Moida  <b>Salada:</b> Salada mista</p>	<p>Pão com Manteiga e Queijo  Suco de Uva Integral</p> <p align="center">Melancia</p>	<p>Pão de Hot Dog  Carne Moida  Suco de Frutas</p> <p align="center">Frutas</p>		
<p align="center"><b>Almoço</b></p>	<p>Arroz/ Polenta  Sobrecoxa de Frango  Ensopado  <b>Salada:</b> Beterraba Cozida</p>	<p>Arroz/ Feijão  Farofa com abobrinha  Carne de Panela  <b>Salada:</b> Salada Mista</p>	<p>Arroz/ Feijão  Sobrecoxa de Frango Assada  <b>Salada:</b> Repolho e Cenoura ralada</p>		
<p align="center"><b>Lanche Vespertino</b></p> <p align="center">*14h30 - 15h30</p>	<p>Arroz/ Feijão  Carne de Panela  <b>Salada:</b> Repolho  Cenoura ralada</p>	<p>Pão Caseiro com Manteiga  Chocolate Quente  (Leite com Chocolate 50% cacau)</p>	<p>Arroz/ Polenta  Carne Moida  Salada mista</p> <p align="center">Frutas</p>		

**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.