

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL-DIURNO

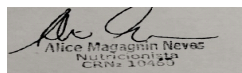
- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 6 a 15 anos PERÍODO: PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)

DEZEMBRO/2021

	2ª FEIRA 06/12	3ª FEIRA 07/12 COMEMORAÇÃO DE FINAL DE ANO	4ª FEIRA 08/12	5ª FEIRA 09/12	6ª FEIRA 10/12
Refeição	-Feijão -Arroz -Omelete - Repolho ralado Abacaxi	- Salchipão (pão massinha com linguiça) -Milkshake de banana (sem açúcar) *Atenção: SOMENTE quem está revezando turma A e B precisa servir arroz de leite novamente.	-Feijão Arroz -Fricassê de frango -Alface -Abacaxi (com canela, se tiver em estoque)	-Feijão -Arroz -Carne pastel (moída de gado, ovo cozido picado e tempero verde) -Tomate	REMOTO
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 6-10 anos	Energia (Kcal) 385	Carboidratos (g) 55	Proteínas (g) 13	Lipídios (g) 12
	Idade 11-15 anos	Energia (Kcal) 549	Carboidratos (g) 78	Proteínas (g) 18	Lipídios (g) 18

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN₂ 10460



Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN₂ 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN₂ 7091/ Cíntia
Tavares – CRN₂ 6871



Adriana Rech
Nutricionista
CRN₂ 7091



Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN₂ 6871

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL-DIURNO

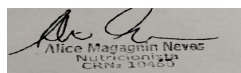
- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 6 a 15 anos PERÍODO: PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)

DEZEMBRO/2021

	2ª FEIRA 13/12	3ª FEIRA 14/12	4ª FEIRA 15/12	5ª FEIRA 16/12	6ª FEIRA 17/12
Refeição	<u>“Adaptação”</u> -Feijão -Arroz -Salada de ovo cozido picado com tomate picado -Saladas (conforme estoque)	<u>“Adaptação”</u> -Feijão -Carreteiro (usar carnes em estoque da escola) -Saladas (conforme estoque) ATENÇÃO: somente para quem tem turma A e B revezando na semana, repetir <u>*solicitar pão a UAE:</u> -Salchipão (pão massinha com linguiça) -Milkshake de banana (sem açúcar)	<u>“Adaptação”</u> -Feijão -Carreteiro (usar carnes em estoque da escola) -Saladas (conforme estoque)	<u>“Adaptação conforme estoque”</u> -Feijão -Arroz -Carreteiro (usar as carnes em estoque na escola) OU Macarrone (macarrão com maionese caseira de leite e atum) OU macarrão com molho de tomate e atum -Saladas (conforme estoque)	REMOTO
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 6-10 anos	Energia (Kcal) 349	Carboidratos (g) 48	Proteínas (g) 12	Lipídios (g) 12
	Idade 11-15 anos	Energia (Kcal) 439	Carboidratos (g) 69	Proteínas (g) 18	Lipídios (g) 15

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN₂ 10460



Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN₂ 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN₂ 7091/ Cíntia Tavares – CRN₂ 6871



Adriana Rech
Nutricionista
CRN₂ 7091



Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN₂ 6871

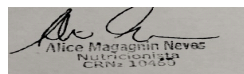
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

* Cardápio sujeito a alterações

** Valores de referência de acordo com a resolução 06 de 08 de maio de 2020/FNDE.

Análise Nutricional (Média Mensal)	Recomendações nutricionais para Idade 6-10 anos	Energia (Kcal) 329	Carboidratos (g) 45-53	Proteínas (g) 8-12	Lipídios (g) 9-13
	Recomendações Nutricionais para Idade 10-15 anos	Energia (Kcal) 473	Carboidratos (g) 65-77	Proteínas (g) 12-18	Lipídios (g) 13-18
	Recomendações nutricionais para Idade 19-30 anos (eja)	Energia (Kcal) 477	Carboidratos (g) 66-77	Proteínas (g) 12-18	Lipídios (g) 8-16
	Recomendações Nutricionais para Idade 31-60 anos (eja)	Energia (Kcal) 459	Carboidratos (g) 63-75	Proteínas (g) 11-17	Lipídios (g) 8-15

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN₂ 10460



Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN₂ 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN₂ 7091/ Cíntia Tavares – CRN₂ 6871



Adriana Rech
Nutricionista
CRN₂ 7091



Cíntia Tavares
Nutricionista
CRN₂ 6871