

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 10 anos PERÍODO: PARCIAL E INTEGRAL (30% das necessidades nutricionais diárias)

DEZEMBRO/2021

	2ª FEIRA 06/12	3ª FEIRA 07/12 (lanche final de ano fundamental I)	4ª FEIRA 08/12 (lanche final de ano fundamental II)	5ª FEIRA 09/12	6ª FEIRA 10/12
Lanche Manhã Fundamental I: seg e ter Fundamental II: qua e quinta	- Pão sem gordura trans com maionese caseira de leite e tomate - Milkshake de banana (banana congelada, leite) (sem açúcar)	- Salchipão (pão massinha com linguiça) - Suco natural de melancia (sem açúcar)	- Salchipão (pão massinha com linguiça) - Suco natural de melancia (sem açúcar)	- Pão sem gordura trans com maionese caseira de leite e tomate - Milkshake de banana (banana congelada, leite) (sem açúcar)	REMOTO
Almoço Fundamental I e II todos os dias	-Feijão -Arroz -Omelete - Repolho ralado	-Feijão -Carreteiro de moída -Cenoura	-Feijão Arroz -Fricassê de frango -Alface	-Feijão -Arroz -Carne pastel (moída de gado, ovo cozido picado e tempero verde) -Tomate	
Lanche Tarde	Mamão	Melancia	Abacaxi (com canela se tiver em estoque)	Mamão	
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 6-10 anos	Energia (Kcal) 497	Carboidratos (g) 72	Proteínas (g) 16	Lipídios (g) 16
	Idade 11-15 anos	Energia (Kcal) 724	Carboidratos (g) 108	Proteínas (g) 26	Lipídios (g) 21

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460


Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN2 10460

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


Adriana Rech
Nutricionista
CRN 7091


Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN 6871

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

CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL-DIURNO

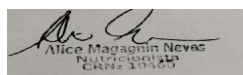
Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos PERÍODO: PARCIAL E INTEGRAL (30% das necessidades nutricionais diárias)

DEZEMBRO/2021

	2ª FEIRA 13/12	3ª FEIRA 14/12	4ª FEIRA 15/12	5ª FEIRA 16/12	6ª 17/12
Lanche Manhã Fundamental I: seg e ter Fundamental II: qua e quinta	- Biscoito sem gordura trans - Leite com achocolatado	- Bolo de cenoura (farinha trigo, óleo, açúcar, ovo, fermento, cenoura) - Suco natural de laranja (com açúcar)	- Bolo de cenoura (farinha trigo, óleo, açúcar, ovo, fermento, cenoura) - Suco natural de laranja (com açúcar)	- Biscoito sem gordura trans - Leite com achocolatado	REMOTO
Almoço Fundamental I e II todos os dias	-Feijão -Arroz -Salada de ovo cozido picado com tomate picado -Cenoura	<u>“Adaptação”</u> -Feijão -Carreteiro (usar carnes em estoque da escola) -Tomate	<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)	
Lanche Tarde	Mamão	Maçã	Laranja	Laranja	
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 6-10 anos	Energia (Kcal) 510	Carboidratos (g) 73	Proteínas (g) 18	Lipídios (g) 17
	Idade 11-15 anos	Energia (Kcal) 737	Carboidratos (g) 106	Proteínas (g) 25	Lipídios (g) 24

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460


Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN2 10460

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


Adriana Rech
Nutricionista


Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista

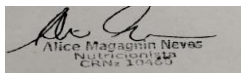
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE – 30% DAS NECESSIDADES
NUTRICIONAIS

* 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) 493	Carboidratos 68-80	Proteínas 12-18	Lipídios 14-19
	Recomendações Nutricionais para Idade 11-15 anos	Energia (Kcal) 710	Carboidratos 98-115	Proteínas 18-27	Lipídios 20-28

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin
Neves – CRN2 10460



Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN 2 10460

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



Adriana Inhaia Rech
Nutricionista
CRN 7091 D



Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN 6871

