

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

CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL-DIURNO – ESCOLAS EM HÍBRIDO A B

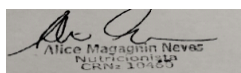
- Cardápio sujeito a alterações.

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

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 02/08/21 A	3ª FEIRA 03/08/21 A	4ª FEIRA 04/08/21 B	5ª FEIRA 05/08/21 B	
Refeição	-Feijão -Arroz colorido (ovo mexido/cozido + cenoura ralada + tempero verde) -Laranja	-Feijão -Carreteiro de frango -Chuchu -Maçã	-Feijão -Arroz colorido (ovo mexido/cozido + cenoura ralada + tempero verde) -Laranja	-Feijão -Carreteiro de frango -Chuchu -Maçã	REMOTO
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 6-10 anos	Energia (Kcal) 36	Carboidratos (g) 55	Proteínas (g) 13	Lipídios (g) 10
	Idade 11-15 anos	Energia (Kcal) 482	Carboidratos (g) 75	Proteínas (g) 18	Lipídios (g) 12

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460



Alice Magagnin Neves
NUTRICIONISTA
CRN2 10460

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

CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL-DIURNO – ESCOLAS EM HÍBRIDO A B

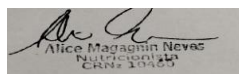
- Cardápio sujeito a alterações.

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

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 09/08/21 A	3ª FEIRA 10/08/21 A	4ª FEIRA 11/08/21 B	5ª FEIRA 12/08/21 B	
Refeição	- Feijão - Massa com molho caseiro de tomate e atum - Cenoura ralada - - Mamão picado (pode servir em caneca)	- Sanduíche tipo pastel (pão massinha, moída frango, ovo, tempero verde) - Batida de maçã - Banana	- Sanduíche tipo pastel (pão massinha, moída frango, ovo, tempero verde) - Batida de maçã - Banana	- Feijão - Massa com molho caseiro de tomate e atum - Cenoura ralada - Mamão picado (pode servir em caneca)	REMOTO
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 6-10 anos	Energia (Kcal) 339	Carboidratos (g) 52	Proteínas (g) 13	Lipídios (g) 10
	Idade 11-15 anos	Energia (Kcal) 481	Carboidratos (g) 75	Proteínas (g) 19	Lipídios (g) 12

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 – ESCOLAS EM HÍBRIDO A B

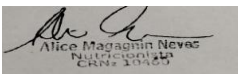
- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 6 a 10 anos PERÍODO: PARCIAL (20% das necessidades nutricionais diárias)

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 16/08/21 A	3ª FEIRA 17/08/21 A	4ª FEIRA 18/08/21 B	5ª FEIRA 19/08/21 B	
Refeição	- Feijão/lentilha - Massa colorida (massa óleo e alho com ovo cozido/mexido com cenoura ralada e tempero verde) - Banana	- Lentilha - Carreteiro de cubos de gado - Repolho refogado - Bergamota	- Feijão/lentilha - Massa colorida (massa óleo e alho com ovo cozido/mexido com cenoura ralada e tempero verde) - Banana	- Lentilha - Carreteiro de cubos de gado - Repolho refogado - Bergamota	REMOTO
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 6-10 anos	Energia (Kcal) 370	Carboidratos (g) 53	Proteínas (g) 13	Lipídios (g) 12
	Idade 11-15 anos	Energia (Kcal) 480	Carboidratos (g) 72	Proteínas (g) 18	Lipídios (g) 13

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 – ESCOLAS EM HÍBRIDO A B

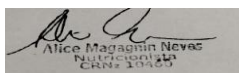
- Cardápio sujeito a alterações.

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

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 23/08/21 A	3ª FEIRA 24/08/21 A	4ª FEIRA 25/08/21 B	5ª FEIRA 26/08/21 B	
Refeição	- Feijão/lentilha - Arroz - Ovo mexido/omelete - Repolho roxo - Laranja	- Feijão/lentilha - Arroz - Moída de gado na moranga amarela - Beterraba ralada - Maçã	- Feijão/lentilha - Arroz - Ovo mexido/omelete - Repolho roxo - Laranja	- Feijão/lentilha - Arroz - Moída de gado na moranga amarela - Beterraba ralada - Maçã	REMOTO
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 6-10 anos	Energia (Kcal) 364	Carboidratos (g) 55	Proteínas (g) 12	Lipídios (g) 10
	Idade 11-15 anos	Energia (Kcal) 482	Carboidratos (g) 74	Proteínas (g) 17	Lipídios (g) 12

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 – ESCOLAS EM HÍBRIDO A B

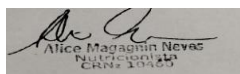
- Cardápio sujeito a alterações.

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

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 30/08/21 A	3ª FEIRA 31/08/21 A	4ª FEIRA 01/09/21 B	5ª FEIRA 02/09/21 B	
Refeição	- Feijão/lentilha - Arroz colorido (ovo mexido/cozido + tomate picado + tempero verde) - Maçã	- Feijão/lentilha - Arroz - Estrogonofe de gado - Chuchu picado - Banana	- Feijão/lentilha - Arroz colorido (ovo mexido/cozido + tomate picado + tempero verde) - Maçã	- Feijão/lentilha - Arroz - Estrogonofe de gado - Chuchu picado - Banana	REMOTO
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 6-10 anos	Energia (Kcal) 366	Carboidratos (g) 55	Proteínas (g) 12	Lipídios (g) 10
	Idade 11-15 anos	Energia (Kcal) 509	Carboidratos (g) 78	Proteínas (g) 18	Lipídios (g) 13

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460



Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN 10460

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



Adriana Rech
Nutricionista
CRN 7091



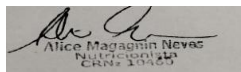
Cíntia Tavares
Nutricionista
CRN 6871

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

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

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

