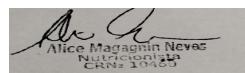


Todos os pães são sem gordura trans.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL – DIURNO					
ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 6 a 15 anos PERÍODO: PARCIAL E INTEGRAL (20% das necessidades nutricionais diárias)					
MARÇO/2023					
	2ª FEIRA 06/03	3ª FEIRA 07/03	4ª FEIRA 08/03	5ª FEIRA 09/03	6ª FEIRA 10/03
Almoço e Jantar	-Feijão -Arroz -Macarronese de atum (macarrão, maionese caseira de leite e atum) -Beterraba ralada	-Feijão - Arroz -Escondidinho de batata doce com frango e molho caseiro de tomate -Cenoura ralada ou cozida com tomate	-Feijão - Arroz -Cubos de gado com ovo cozido picado e tempero verde -Alface -Laranja	-Feijão - Carreteiro de frango - Milho verde cozido -Maçã	-Pão massinha com cubos de gado (opcional: alface e tomate) -Batida de banana OU Milk-shake de banana**

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 7091D


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 E INTEGRAL (20% das necessidades nutricionais diárias)

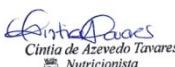
MARÇO/2023						
	2ª FEIRA 13/03	3ª FEIRA 14/03	4ª FEIRA 15/03	5ª FEIRA 16/03	6ª FEIRA 17/03	
Almoço e Jantar	-Feijão -Arroz - Ovo cozido picado -Tomate	-Feijão - Arroz -Fricassê de frango -Cenoura refogada	-Feijão - Massa com molho caseiro de tomate e moída de gado -Alface com tomate -Mamão	-Feijão - Arroz -Carne de panela com molho caseiro de tomate e batata inglesa e cenoura - Couve manteiga refogada -Laranja	-Pão integral com patê caseiro de frango (maionese caseira de leite e frango) (opcional: alface e tomate) -Leite com chocolate ou cacau**	

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 Inhaua Rech
Nutricionista


Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista

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

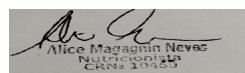
CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL – DIURNO

- Cardápio sujeito a alterações.

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

MARÇO/2023						
	2ª FEIRA 20/03	3ª FEIRA 21/0 3	4ª FEIRA 22/03 Dia da sobremesa	5ª FEIRA 23/03	6ª FEIRA 24/03	
Almoço e Jantar	<ul style="list-style-type: none"> -Feijão -Arroz -Ovo mexido picado -Beterraba cozida ou ralada 	<ul style="list-style-type: none"> -Feijão -Carreteiro de frango -Chuchu refogado 	<ul style="list-style-type: none"> -Feijão -Carreteiro de cubos de gado -Cenoura ralada ou cozida -Arroz de leite -Maçã 	<ul style="list-style-type: none"> -Feijão -Massa com cubos de frango e molho caseiro branco - Moranga refogada - Banana 	<ul style="list-style-type: none"> -Pão massinha com cubos de frango (opcional: tomate, alface e cenoura) -Batida de maçã com banana** 	

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

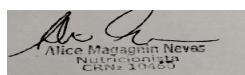
CARDÁPIO DO ENSINO FUNDAMENTAL – DIURNO

- Cardápio sujeito a alterações.

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

MARÇO/2023						
	2ª FEIRA 27/03	3ª FEIRA 28/03	4ª FEIRA 29/03	5ª FEIRA 30/03	6ª FEIRA 31/03	
Almoço e Jantar	<ul style="list-style-type: none"> -Feijão -Arroz -Omelete (pode ser feito no forno) -Chuchu refogado 	<ul style="list-style-type: none"> -Feijão -Arroz -Escondidinho de moranga com frango -Beterraba ralada 	<ul style="list-style-type: none"> -Feijão -Carreteiro de moída de gado -Milho verde cozido -Mamão 	<ul style="list-style-type: none"> -Feijão -Arroz -Estrogonofe de gado -Couve manteiga refogada -Laranja 	<ul style="list-style-type: none"> -Pão de forma com patê caseiro de frango (maionese caseira de leite e frango) (opcional: tomate) -Café com leite (com açúcar) 	

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

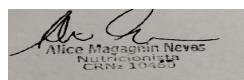
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

*** 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)	Carboidratos	Proteínas	Lipídios
		329	45-53	8-12	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



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

