

SECRETARIA MUNICIPAL DE BALNEÁRIO CAMBORIÚ – SC
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL CIEP (6-10 ANOS) / SEMANA 1 E 3

FEV – DEZ – 2019

	SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA - FEIRA							
LANCHE 8:30 HR	Leite com café Biscoito cracker Fruta	Leite com achocolatado Pão recheado com legumes Fruta	Leite com café Bolo sem cobertura Fruta	Leite com café Biscoito cracker Fruta	Leite Massinha integral Salada de Fruta							
ALMOÇO 11:25 HR	Salada Macarrão integral a bolonhesa Fruta	Salada Arroz e Lentilha / Polenta/ Sobrecosta ensopada / Fruta	Salada Arroz e Feijão / Farinha de mandioca / Peixe ensopado / Fruta	Salada Arroz e Feijão Estrogonofe de carne Fruta	Salada Risoto Fruta							
LANCHE 14:45 HR	Suco de uva / Bolo sem cobertura	Torta de bolacha Opção: Pudim + Biscoito Fruta	Leite Pão recheado com frango Fruta	Suco de uva Pão colorido com margarina Fruta	Iogurte Aveia / Fruta							
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal) 1060	CHO (g) 165	PTN (g) 35	LPD (g) 30	Fibras (g) 11	Vit A (mcg) 363	Vit C (mg) 54	Ca (mg) 286	Fe (mg) 7	Mg (mg) 1	Zn (mg) 3	Na (mg) 225

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL CIEP (6-10 ANOS) / SEMANA 2 E 4

FEV – DEZ – 2019

	SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA - FEIRA							
LANCHE 8:30 HR	Leite com café Biscoito cracker Fruta	Leite com café Pão recheado com frango Fruta	Leite com achocolatado Biscoito cracker Fruta	Leite com café Bolo sem cobertura Fruta	Suco de uva Pão recheado com legumes Fruta							
ALMOÇO 11:25 HR	Salada Polenta / Frango ao molho Fruta	Salada Arroz e Feijão Farofa de legumes / Fruta	Salada Arroz e Lentilha / Sobrecosta ensopada / Fruta	Salada Arroz e Feijão / Carne moída Fruta	Salada Macarrão / Iscas ensopadas Fruta							
LANCHE 14:45 HR	Leite Bolo sem cobertura Fruta	Pudim Biscoito Opção: Torta de bolacha Fruta	Pão colorido c/margarina Suco de uva	Iogurte Aveia Fruta	Leite Massinha integral Salada de fruta							
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal) 1020	CHO (g) 154	PTN (g) 32	LPD (g) 11	Fibras (g) 11	Vit A (mcg) 263	Vit C (mg) 64	Ca (mg) 250	Fe (mg) 6	Mg (mg) 1	Zn (mg) 3	Na (mg) 280

ALTERAÇÕES NO CARDÁPIO DEVERÃO SER COMUNICADAS AO SETOR DE NUTRIÇÃO COM 24H DE ANTECEDÊNCIA, EM ATENDIMENTO À LEI Nº3.896 DE 2016.