



**PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL**  
**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**Departamento de alimentação Escolar**  
**Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE**

**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS**

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 01/09/25	TERÇA-FEIRA 02/09/25	QUARTA-FEIRA 03/09/25	QUINTA-FEIRA 04/09/25	SEXTA-FEIRA 05/09/25
<b>MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30</b>	Macarrão parafuso Molho de carne c/ cenoura	Virado de feijão c/ ovos Suco de uva	Pão caseiro de batata- doce c/ patê de frango Chá mate  Fruta: Banana	Arroz c/ frango desfiado e milho Salada de alface e rúcula	Bolacha Vitamina de maçã  Fruta: Laranja
<b>REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA 08/09/25</b>	<b>TERÇA-FEIRA 09/09/25</b>	<b>QUARTA-FEIRA 10/09/25</b>	<b>QUINTA-FEIRA 11/09/25</b>	<b>SEXTA-FEIRA 12/09/25</b>
	Polenta cremosa Carne ensopada c/ tomate Salada de repolho ralada	Sopa de macarrão c/ feijão, carne desfiada e batata-salsa	Pão de queijo falso* Chá mate  Fruta: Banana	Galinhada Salada de alface picada	Purê de batata Molho de carne Salada de repolho ralada Fruta: Maçã
<b>REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA 15/09/25</b>	<b>TERÇA-FEIRA 16/09/25</b>	<b>QUARTA-FEIRA 17/09/25</b>	<b>QUINTA-FEIRA 18/09/25</b>	<b>SEXTA-FEIRA 19/09/25</b>
	<b>Padroeira do Município</b>	Quirera c/ carne e repolho	Pão caseiro de abóbora c/ ovos mexidos Leite c/ cacau  Fruta: Banana	Canja de arroz c/ frango, cenoura e brócolis	Farofa c/ carne suína Chá mate  Fruta: Manga
<b>REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA 22/09/25</b>	<b>TERÇA-FEIRA 23/09/25</b>	<b>QUARTA-FEIRA 24/09/25</b>	<b>QUINTA-FEIRA 25/09/25</b>	<b>SEXTA-FEIRA 26/09/25</b>
	Sopa de macarrão padre nosso, feijão, frango e cenoura	Arroz Feijão Linguíça de frango assada Salada de beterraba cozida (meia lua)	Pão caseiro de abóbora c/ requeijão caseiro Suco de uva  Fruta: Banana	Polenta Carne ensopada c/ cenoura e tomate	Bolo de laranja c/ cobertura de leite em pó Suco de uva  Fruta: Melancia
<b>REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA 29/09/25</b>	<b>TERÇA-FEIRA 30/09/25</b>	<b>*Receita do pão de queijo falso: Página 68 do livro de receitas do PNAE.</b>		
	Sopa de ervilha c/ carne, batata e cenoura	Risoto de frango Salada de pepino (rodela)			

Eventualmente alguma preparação poderá ser adaptada conforme necessidade devido a prazo de validade dos ingredientes, disponibilidade e grau de maturação ou mesmo por desabastecimento nas Centrais de Distribuição. Caso ocorra, será feita a mudança no cardápio sem prejuízos quanto a sua composição nutricional e a recomendação de acordo com a Resolução nº06/2020 do FNDE.

**Não é permitida a alteração no cardápio sem autorização prévia da Nutricionista, exceto nos casos citados acima, onde outro item será enviado para compor a preparação.**

Nutricionista RT: Cíntia Cristina Santos - CRN8 13614

  
Cíntia Cristina Santos  
Nutricionista  
CRN-8 13614



PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
Departamento de alimentação Escolar  
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS

SEM LACTOSE

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 01/09/25	TERÇA-FEIRA 02/09/25	QUARTA-FEIRA 03/09/25	QUINTA-FEIRA 04/09/25	SEXTA-FEIRA 05/09/25
MANHÃ 09h30/ TARDE 14h30	Macarrão parafuso Molho de carne c/ tomate e cenoura	Virado de feijão c/ ovos Suco de uva	Pão caseiro de batata- doce c/ patê de frango s/ leite Chá mate  Fruta: Banana	Arroz c/ frango desfiado e milho Salada de alface e rúcula	Bolacha S/ LACTOSE Vitamina de maçã S/ LACTOSE  Fruta: Laranja
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 08/09/25 Polenta cremosa Carne ensopada c/ tomate Salada de repolho ralada	TERÇA-FEIRA 09/09/25 Sopa de macarrão c/ feijão, carne desfiada e batata-salsa	QUARTA-FEIRA 10/09/25 Pão de queijo falso* Chá mate  Fruta: Banana	QUINTA-FEIRA 11/09/25 Galinhada Salada de alface picada	SEXTA-FEIRA 12/09/25 Purê de batata s/ leite Molho de carne Salada de repolho ralada Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 15/09/25 <b>Padroeira do Município</b>	TERÇA-FEIRA 16/09/25 Quirera c/ carne e repolho	QUARTA-FEIRA 17/09/25 Pão caseiro de abóbora c/ ovos mexidos Leite S/ LACTOSE c/ cacau  Fruta: Banana	QUINTA-FEIRA 18/09/25 Canja de arroz c/ frango, cenoura e brócolis	SEXTA-FEIRA 19/09/25 Farofa c/ carne suína Chá mate  Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 22/09/25 Sopa de macarrão padre nosso, feijão, frango e cenoura	TERÇA-FEIRA 23/09/25 Arroz Feijão Linguíça de frango assada Salada de beterraba cozida (meia lua)	QUARTA-FEIRA 24/09/25 Pão caseiro de abóbora c/ requeijão caseiro S/ LACTOSE Suco de uva  Fruta: Banana	QUINTA-FEIRA 25/09/25 Polenta Carne ensopada c/ cenoura e tomate	SEXTA-FEIRA 26/09/25 Bolo de laranja c/ cobertura de leite em pó S/ LACTOSE Suco de uva  Fruta: Melancia
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 29/09/25 Sopa de ervilha c/ carne, batata e cenoura	TERÇA-FEIRA 30/09/25 Risoto de frango Salada de pepino (rodela)	*Receita do pão de queijo falso: Página 68 do livro de receitas do PNAE.		



PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
Departamento de alimentação Escolar  
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS

DIABETES

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 01/09/25	TERÇA-FEIRA 02/09/25	QUARTA-FEIRA 03/09/25	QUINTA-FEIRA 04/09/25	SEXTA-FEIRA 05/09/25
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30	Macarrão parafuso Molho de carne c/ tomate e cenoura	Virado de feijão c/ ovos Suco de uva <b>INTEGRAL S/ AÇÚCAR</b>	Pão caseiro <b>INTEGRAL</b> de batata- doce c/ patê de frango Chá mate  Fruta: Banana	Arroz c/ frango desfiado e milho Salada de alface e rúcula	<b>Cookies light</b> Vitamina de maçã <b>S/ AÇÚCAR</b>  Fruta: Laranja
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 08/09/25	TERÇA-FEIRA 09/09/25	QUARTA-FEIRA 10/09/25	QUINTA-FEIRA 11/09/25	SEXTA-FEIRA 12/09/25
	Polenta cremosa Carne ensopada c/ tomate Salada de repolho ralada	<b>Sopa de feijão, carne desfiada e batata- salsa</b>	Pão de queijo falso* Chá mate <b>S/ AÇÚCAR</b>  Fruta: Banana	Galinhada <b>INTEGRAL</b> Salada de alface picada	Purê de batata* Molho de carne Salada de repolho ralada Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 15/09/25	TERÇA-FEIRA 16/09/25	QUARTA-FEIRA 17/09/25	QUINTA-FEIRA 18/09/25	SEXTA-FEIRA 19/09/25
	<b>Padroeira do Município</b>	Quirera c/ carne e repolho	Pão caseiro <b>INTEGRAL</b> de abóbora c/ ovos mexidos Leite c/ cacau <b>S/ AÇÚCAR</b>  Fruta: Banana	Canja de arroz <b>INTEGRAL</b> c/ frango, cenoura e brócolis	Farofa c/ carne suína Chá mate  Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 22/09/25	TERÇA-FEIRA 23/09/25	QUARTA-FEIRA 24/09/25	QUINTA-FEIRA 25/09/25	SEXTA-FEIRA 26/09/25
	<b>Sopa de feijão, frango e cenoura</b>	Arroz <b>INTEGRAL</b> Feijão Linguiça de frango assada Salada de beterraba cozida (meia lua)	Pão caseiro <b>INTEGRAL</b> de abóbora c/ requeijão caseiro Suco de uva <b>INTEGRAL S/ AÇÚCAR</b>  Fruta: Banana	Polenta Carne ensopada c/ cenoura e tomate	Bolo de laranja <b>S/ AÇÚCAR</b> c/ cobertura de leite em pó <b>S/ AÇÚCAR</b> Suco de uva <b>INTEGRAL S/ AÇÚCAR</b>  Fruta: Melancia
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 29/09/25	TERÇA-FEIRA 30/09/25	<b>*Receita do pão de queijo falso: Página 68 do livro de receitas do PNAE.</b>		
	Sopa de ervilha c/ carne, batata e cenoura	Risoto <b>INTEGRAL</b> de frango Salada de pepino (rodelas)			

Nunca adicionar açúcar em nenhuma preparação. Se necessário adoçar, utilizar poucas gotas de adoçante dietético.

\* Montar o prato com uma porção maior da proteína do dia, por exemplo carne, ovo, frango, maior quantidade de legumes, verduras (saladas ou refogados) e por último o carboidrato (arroz, macarrão, pão ou polenta, o carboidrato deverá ser a porção menor do prato.

Em caso de dúvidas para a execução do cardápio ou qualquer dificuldade, comunicar imediatamente à Direção escolar e solicitar informações pelo ramal 1403.



PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
Departamento de alimentação Escolar  
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS

SEM OVO

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 01/09/25	TERÇA-FEIRA 02/09/25	QUARTA-FEIRA 03/09/25	QUINTA-FEIRA 04/09/25	SEXTA-FEIRA 05/09/25
MANHÃ 09h30/ TARDE 14h30	Macarrão <b>S/ OVOS</b> Molho de carne c/ tomate e cenoura	<b>Virado de feijão c/ carne desfiada</b> Suco de uva	Pão caseiro de batata- doce c/ patê de frango Chá mate  Fruta: Banana	Arroz c/ frango desfiado e milho Salada de alface e rúcula	<b>Cookies light</b> Vitamina de maçã  Fruta: Laranja
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 08/09/25 Polenta cremosa Carne ensopada c/ tomate Salada de repolho ralada	TERÇA-FEIRA 09/09/25 Sopa de macarrão <b>S/ OVOS</b> c/ feijão, carne desfiada e batata- salsa	QUARTA-FEIRA 10/09/25 Pão de queijo falso* Chá mate  Fruta: Banana	QUINTA-FEIRA 11/09/25 Galinhada Salada de alface picada	SEXTA-FEIRA 12/09/25 Purê de batata Molho de carne Salada de repolho ralada Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 15/09/25 <b>Padroeira do Município</b>	TERÇA-FEIRA 16/09/25 Quirera c/ carne e repolho	QUARTA-FEIRA 17/09/25 <b>Pão caseiro de abóbora c/ molho de carne</b> Leite c/ cacau  Fruta: Banana	QUINTA-FEIRA 18/09/25 Canja de arroz c/ frango, cenoura e brócolis	SEXTA-FEIRA 19/09/25 Farofa c/ carne suína Chá mate  Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 22/09/25 Sopa de macarrão <b>S/ OVOS</b> , feijão, frango e cenoura	TERÇA-FEIRA 23/09/25 Arroz Feijão Linguiça de frango assada Salada de beterraba cozida (meia lua)	QUARTA-FEIRA 24/09/25 Pão caseiro de abóbora c/ requeijão caseiro Suco de uva  Fruta: Banana	QUINTA-FEIRA 25/09/25 Polenta Carne ensopada c/ cenoura e tomate	SEXTA-FEIRA 26/09/25 Bolo de laranja <b>S/ OVOS</b> c/ cobertura de leite em pó Suco de uva  Fruta: Melancia
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 29/09/25 Sopa de ervilha c/ carne, batata e cenoura	TERÇA-FEIRA 30/09/25 Risoto de frango Salada de pepino (rodela)	<b>*Receita do pão de queijo falso: Página 68 do livro de receitas do PNAE.</b>		



PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO  
Departamento de alimentação Escolar  
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – FAIXA ETÁRIA 6 A 10 ANOS

ALERGIA À FEIJÃO

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 01/09/25	TERÇA-FEIRA 02/09/25	QUARTA-FEIRA 03/09/25	QUINTA-FEIRA 04/09/25	SEXTA-FEIRA 05/09/25
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30	Macarrão parafuso Molho de carne c/ tomate e cenoura	<b>Arroz, ovos mexidos</b> Suco de uva	Pão caseiro de batata- doce c/ patê de frango Chá mate  Fruta: Banana	Arroz c/ frango desfiado e milho Salada de alface e rúcula	Bolacha Vitamina de maçã  Fruta: Laranja
	REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 08/09/25	TERÇA-FEIRA 09/09/25	QUARTA-FEIRA 10/09/25	QUINTA-FEIRA 11/09/25
	Polenta cremosa Carne ensopada c/ tomate Salada de repolho ralada	<b>Sopa de macarrão c/ carne desfiada e batata-salsa</b>	Pão de queijo falso* Chá mate  Fruta: Banana	Galinhada Salada de alface picada	Purê de batata Molho de carne Salada de repolho ralada Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 15/09/25	TERÇA-FEIRA 16/09/25	QUARTA-FEIRA 17/09/25	QUINTA-FEIRA 18/09/25	SEXTA-FEIRA 19/09/25
	<b>Padroeira do Município</b>	Quirera c/ carne e repolho	Pão caseiro de abóbora c/ ovos mexidos Leite c/ cacau  Fruta: Banana	Canja de arroz c/ frango, cenoura e brócolis	Farofa c/ carne suína Chá mate  Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 22/09/25	TERÇA-FEIRA 23/09/25	QUARTA-FEIRA 24/09/25	QUINTA-FEIRA 25/09/25	SEXTA-FEIRA 26/09/25
	<b>Sopa de macarrão padre nosso c/ frango e cenoura</b>	<b>Arroz Linguiça de frango assada Salada de beterraba cozida (meia lua)</b>	Pão caseiro de abóbora c/ requeijão caseiro Suco de uva  Fruta: Banana	Polenta Carne ensopada c/ cenoura e tomate	Bolo de laranja c/ cobertura de leite em pó Suco de uva  Fruta: Melancia
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 29/09/25	TERÇA-FEIRA 30/09/25	<b>*Receita do pão de queijo falso: Página 68 do livro de receitas do PNAE.</b>		
	<b>Sopa de batata c/ carne, repolho e cenoura</b>	Risoto de frango Salada de pepino (rodela)			

Não oferecer feijão em nenhuma refeição para alunos com alergia ou restrição de ingestão de feijão.

Excluir o feijão nas sopas. Fazer as substituições de acordo com a preparação destacada no Cardápio.