



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 DE 6 A 10 ANOS

| | | | | | |
|---|--|--|---|--|--|
| REFEIÇÃO MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30 | | | | | SEXTA-FEIRA 01/11/24 Sopa de macarrão c/ frango, abobrinha e repolho Fruta: Pêssego |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 04/11/24 Arroz c/ carne desfiada e cenoura ralada | TERÇA-FEIRA 05/11/24 Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate | QUARTA-FEIRA 06/11/24 Risoto de frango c/ açafraão Salada de alface Fruta: Banana | QUINTA-FEIRA 07/11/24 Polenta cremosa Molho de iscas de carnes c/ brócolis Salada de alface picada | SEXTA-FEIRA 08/11/24 Bolo de fubá Chá mate Fruta: Mamão |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 11/11/24 Macarrão espaguete Molho de carne c/ legumes (cenoura e abobrinha) | TERÇA-FEIRA 12/11/24 Arroz Feijão Omelete de forno c/ legumes (cenoura, abobrinha, cebola) | QUARTA-FEIRA 13/11/24 Esfirra de carne Suco de Uva Fruta: Banana | QUINTA-FEIRA 14/11/24 Dia do município | SEXTA-FEIRA 15/11/24 Proclamação da República |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 18/11/24 Canja de arroz c/ frango desfiado, repolho e abobrinha | TERÇA-FEIRA 19/11/24 Pão caseiro de cenoura c/ queijo Leite c/ cacau | QUARTA-FEIRA 20/11/24 Dia da Conscientização Negra | QUINTA-FEIRA 21/11/24 Arroz Feijão Carne moída c/ cenoura e pimentão picadinho | SEXTA-FEIRA 22/11/24 Virado de feijão c/ ovos Chá mate Fruta: Manga |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 25/11/24 Espaguete Molho de carne moída c/ cenoura em cubos Salada de repolho ralada | TERÇA-FEIRA 26/11/24 Pão caseiro c/ ovos mexidos e orégano Leite c/ cacau | QUARTA-FEIRA 27/11/24 Purê de batatas Pernil em cubos Salada de pepino Fruta: Banana | QUINTA-FEIRA 28/11/24 Arroz Feijão Ovos mexidos c/ cenoura ralada Salada de brócolis | SEXTA-FEIRA 29/11/24 Bolo de chocolate 70% c/ cobertura Suco de morango Fruta: Melancia |

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 Responsável técnica: 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 DE 6 A 10 ANOS
SEM LACTOSE

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|--|
| REFEIÇÃO MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30 | | | | | SEXTA-FEIRA 01/11/24 |
| | | | | | Sopa de macarrão c/ frango, abobrinha e repolho Fruta: Pêssego |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 04/11/24 | TERÇA-FEIRA 05/11/24 | QUARTA-FEIRA 06/11/24 | QUINTA-FEIRA 07/11/24 | SEXTA-FEIRA 08/11/24 |
| | Arroz c/ carne desfiada e cenoura ralada | Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate | Risoto de frango c/ açafraão Salada de alface Fruta: Banana | Polenta cremosa Molho de iscas de carne c/ brócolis Salada de alface picada | Bolo de fubá Chá mate Fruta: Mamão |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 11/11/24 | TERÇA-FEIRA 12/11/24 | QUARTA-FEIRA 13/11/24 | QUINTA-FEIRA 14/11/24 | SEXTA-FEIRA 15/11/24 |
| | Macarrão espaguete Molho de carne c/ legumes (cenoura e abobrinha) | Arroz Feijão Omelete de forno s/ lactose c/ legumes (cenoura, abobrinha, cebola) | Esfirra de carne s/ lactose Suco de Uva Fruta: Banana | Dia do município | Proclamação da República |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 18/11/24 | TERÇA-FEIRA 19/11/24 | QUARTA-FEIRA 20/11/24 | QUINTA-FEIRA 21/11/24 | SEXTA-FEIRA 22/11/24 |
| | Canja de arroz c/ frango desfiado, repolho e abobrinha | Pão caseiro de cenoura c/ queijo s/ lactose Leite s/lactose c/ cacau | Dia da Conscientização Negra | Arroz Feijão Carne moída c/ cenoura e pimentão picadinho | Virado de feijão c/ ovos Chá mate Fruta: Manga |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 25/11/24 | TERÇA-FEIRA 26/11/24 | QUARTA-FEIRA 27/11/24 | QUINTA-FEIRA 28/11/24 | SEXTA-FEIRA 29/11/24 |
| | Espaguete Molho de carne moída c/ cenoura em cubos Salada de repolho ralada | Pão caseiro c/ ovos mexidos e orégano Leite s/lactose c/ cacau | Purê de batatas s/ leite Pernil em cubos Salada de pepino Fruta: Banana | Arroz Feijão Ovos mexidos c/ cenoura ralada Salada de brócolis | Bolo de chocolate s/ lactose 70% c/ cobertura s/lactose Suco de morango Fruta: Melancia |

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 DE 6 A 10 ANOS
DIABETES

| REFEIÇÃO | | | | | SEXTA-FEIRA 01/11/24 |
|---|---|---|---|--|---|
| MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30 | | | | | Sopa de macarrão c/ frango, abobrinha e repolho Fruta: Pêssego |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 04/11/24 | TERÇA-FEIRA 05/11/24 | QUARTA-FEIRA 06/11/24 | QUINTA-FEIRA 07/11/24 | SEXTA-FEIRA 08/11/24 |
| | Arroz c/ carne desfiada e cenoura ralada | Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate | Risoto de frango c/ açafraão Salada de alface Fruta: Banana | Polenta cremosa Molho de iscas de carnes c/ brócolis Salada de alface picada | Bolo de fubá Chá mate s/açúcar Fruta: Mamão |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 11/11/24 | TERÇA-FEIRA 12/11/24 | QUARTA-FEIRA 13/11/24 | QUINTA-FEIRA 14/11/24 | SEXTA-FEIRA 15/11/24 |
| | Macarrão espaguete Molho de carne c/ legumes (cenoura e abobrinha) | Arroz Feijão Omelete de forno c/ legumes (cenoura, abobrinha, cebola) | Esfirra de carne Suco de Uva integral Fruta: Banana | Dia do município | Proclamação da República |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 18/11/24 | TERÇA-FEIRA 19/11/24 | QUARTA-FEIRA 20/11/24 | QUINTA-FEIRA 21/11/24 | SEXTA-FEIRA 22/11/24 |
| | Canja de arroz c/ frango desfiado, repolho e abobrinha | Pão caseiro de cenoura c/ queijo Leite c/ cacau s/ açúcar | Dia da Conscientização Negra | Arroz Feijão Carne moída c/ cenoura e pimentão picadinho | Virado de feijão c/ ovos Chá mate s/açúcar Fruta: Manga |
| REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30 | SEGUNDA-FEIRA 25/11/24 | TERÇA-FEIRA 26/11/24 | QUARTA-FEIRA 27/11/24 | QUINTA-FEIRA 28/11/24 | SEXTA-FEIRA 29/11/24 |
| | Espaguete Molho de carne moída c/ cenoura em cubos Salada de repolho ralada | Pão caseiro c/ ovos mexidos e orégano Leite c/ cacau s/ açúcar | Purê de batatas Pernil em cubos Salada de pepino Fruta: Banana | Arroz Feijão Ovos mexidos c/ cenoura ralada Salada de brócolis | Bolo de chocolate 70% c/ cobertura Suco de morango Fruta: Melancia |

Ofertar alimentos integrais, proteínas e legumes e verduras para o controle da dieta do portador de diabetes tipo 1 ou tipo 2.

Não adicionar açúcar nas preparações e se necessário utilizar adoçante dietético.

Respeitar a oferta de alimentos de acordo com o cardápio com as devidas alterações.

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.

Caso haja dúvidas em relação as preparações ou ingredientes, entrar em contato pelo telefone: 41 3674-1403


Cíntia Cristina Santos
Nutricionista
CRN-8 13614