



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		TERÇA-FEIRA 01/07/25	QUARTA-FEIRA 02/07/25	QUINTA-FEIRA 03/07/25	SEXTA-FEIRA 04/07/25
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30		Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate (morno)	Sagu de uva Fruta: Banana	Arroz Carne picada ensopada c/ cenoura Salada de repolho ralada	Sopa de feijão c/ legumes (cenoura, chuchu, vagem, inhame) Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 07/07/25	TERÇA-FEIRA 08/07/25	QUARTA-FEIRA 09/07/25	QUINTA-FEIRA 10/07/25	SEXTA-FEIRA 11/07/25
	Farofa de ovos Chá mate	Pão caseiro de batata- doce c/ molho tomate e carne desfiada Chá mate	Bolo de amendoim Leite c/ cacau Fruta: Banana	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 14/07/25	TERÇA-FEIRA 15/07/25	QUARTA-FEIRA 16/07/25	QUINTA-FEIRA 17/07/25	SEXTA-FEIRA 18/07/25
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 21/07/25	TERÇA-FEIRA 22/07/25	QUARTA-FEIRA 23/07/25	QUINTA-FEIRA 24/07/25	SEXTA-FEIRA 25/07/25
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 28/07/25	TERÇA-FEIRA 29/07/25	QUARTA-FEIRA 30/07/25	QUINTA-FEIRA 31/07/25	
	Sopa de macarrão c/ feijão, carne e legumes (acelga, batata-salsa)	Pão caseiro de cenoura c/ ovos mexidos Chá mate	Polenta cremosa Molho de carne suína Salada de tomate (corte meia lua) Fruta: Banana	Galinhada Salada de repolho c/ cenoura ralada	

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

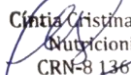


PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Departamento de alimentação Escolar
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL – FAIXA ETÁRIA – 6 A 10 ANOS

SEM LACTOSE

REFEIÇÃO		TERÇA-FEIRA 01/07/25	QUARTA-FEIRA 02/07/25	QUINTA-FEIRA 03/07/25	SEXTA-FEIRA 04/07/25
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30		Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate (morno)	Sagu de uva Fruta: Banana	Arroz Carne picada ensopada c/ cenoura Salada de repolho ralada	Sopa de feijão c/ legumes (cenoura, chuchu, vagem, inhame) Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 07/07/25	TERÇA-FEIRA 08/07/25	QUARTA-FEIRA 09/07/25	QUINTA-FEIRA 10/07/25	SEXTA-FEIRA 11/07/25
	Farofa de ovos Chá mate	Pão caseiro de batata-doce c/ molho tomate e carne desfiada Chá mate	Bolo de amendoim S/ LEITE Leite S/ LACTOSE c/ cacau Fruta: Banana	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 14/07/25	TERÇA-FEIRA 15/07/25	QUARTA-FEIRA 16/07/25	QUINTA-FEIRA 17/07/25	SEXTA-FEIRA 18/07/25
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 21/07/25	TERÇA-FEIRA 22/07/25	QUARTA-FEIRA 23/07/25	QUINTA-FEIRA 24/07/25	SEXTA-FEIRA 25/07/25
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 28/07/25	TERÇA-FEIRA 29/07/25	QUARTA-FEIRA 30/07/25	QUINTA-FEIRA 31/07/25	
	Sopa de macarrão c/ feijão, carne e legumes (acelga, batata-salsa)	Pão caseiro de cenoura c/ ovos mexidos Chá mate	Polenta cremosa Molho de carne suína Salada de tomate (corte meia lua) Fruta: Banana	Galinhada Salada de repolho c/ cenoura ralada	


Cintia 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

DIABETES

REFEIÇÃO		TERÇA-FEIRA 01/07/25	QUARTA-FEIRA 02/07/25	QUINTA-FEIRA 03/07/25	SEXTA-FEIRA 04/07/25
REFEIÇÃO MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30		Pão caseiro INTEGRAL c/ ovos mexidos Chá mate S/ AÇÚCAR (morno)	Sagu de uva S/ AÇÚCAR Fruta: Banana	Arroz INTEGRAL Carne picada ensopada c/ cenoura Salada de repolho ralada	Sopa de feijão c/ legumes (chuchu, vagem, inhame) Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 07/07/25	TERÇA-FEIRA 08/07/25	QUARTA-FEIRA 09/07/25	QUINTA-FEIRA 10/07/25	SEXTA-FEIRA 11/07/25
	Ovos mexidos c/ orégano Chá mate S/ AÇÚCAR	Pão caseiro de batata-doce INTEGRAL c/ molho tomate e carne desfiada Chá mate S/ AÇÚCAR	Bolo INTEGRAL de amendoim S/ AÇÚCAR Leite c/ cacau S/ AÇÚCAR Fruta: Banana	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 14/07/25	TERÇA-FEIRA 15/07/25	QUARTA-FEIRA 16/07/25	QUINTA-FEIRA 17/07/25	SEXTA-FEIRA 18/07/25
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 21/07/25	TERÇA-FEIRA 22/07/25	QUARTA-FEIRA 23/07/25	QUINTA-FEIRA 24/07/25	SEXTA-FEIRA 25/07/25
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 28/07/25	TERÇA-FEIRA 29/07/25	QUARTA-FEIRA 30/07/25	QUINTA-FEIRA 31/07/25	
	Sopa de feijão, carne e legumes (acelga, batata-salsa)	Pão caseiro de cenoura INTEGRAL c/ ovos mexidos Chá mate S/ AÇÚCAR	Polenta cremosa Molho de carne suína Salada de tomate (corte meia lua) Fruta: Banana	Galinhada INTEGRAL Salada de repolho c/ cenoura ralada	

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.


Cintia 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 OVO

REFEIÇÃO		TERÇA-FEIRA 01/07/25	QUARTA-FEIRA 02/07/25	QUINTA-FEIRA 03/07/25	SEXTA-FEIRA 04/07/25
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30		Pão caseiro C/ MOLHO DE FRANGO DESFIADO Chá mate (morno)	Sagu de uva Fruta: Banana	Arroz Carne picada ensopada c/ cenoura Salada de repolho ralada	Sopa de feijão c/ legumes (cenoura, chuchu, vagem, inhame) Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 07/07/25 FAROFA C/ CARNE DESFIADA Chá mate	TERÇA-FEIRA 08/07/25 Pão caseiro de batata- doce c/ molho tomate e carne desfiada Chá mate	QUARTA-FEIRA 09/07/25 Bolo de amendoim S/ OVOS Leite c/ cacau Fruta: Banana	QUINTA-FEIRA 10/07/25 RECESSO	SEXTA-FEIRA 11/07/25 RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 14/07/25 RECESSO	TERÇA-FEIRA 15/07/25 RECESSO	QUARTA-FEIRA 16/07/25 RECESSO	QUINTA-FEIRA 17/07/25 RECESSO	SEXTA-FEIRA 18/07/25 RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 21/07/25 RECESSO	TERÇA-FEIRA 22/07/25 RECESSO	QUARTA-FEIRA 23/07/25 RECESSO	QUINTA-FEIRA 24/07/25 RECESSO	SEXTA-FEIRA 25/07/25 RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 28/07/25 Sopa de macarrão c/ feijão, carne e legumes (acelga, batata-salsa)	TERÇA-FEIRA 29/07/25 Pão caseiro de cenoura C/ MOLHO DE CARNE Chá mate	QUARTA-FEIRA 30/07/25 Polenta cremosa Molho de carne suína Salada de tomate (corte meia lua) Fruta: Banana	QUINTA-FEIRA 31/07/25 Galinhada Salada de repolho c/ cenoura ralada	

Não utilizar ovos para o preparo de pães, bolos e tortas. Observar as alterações no Cardápio, para o atendimento à necessidade do aluno. Preparar os molhos previsto no cardápio e servir como acompanhamento para o pão.

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


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

ALERGIA À FEIJÃO

REFEIÇÃO MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30		TERÇA-FEIRA 01/07/25 Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate (morno)	QUARTA-FEIRA 02/07/25 Sagu de uva Fruta: Banana	QUINTA-FEIRA 03/07/25 Arroz Carne picada ensopada c/ cenoura Salada de repolho ralada	SEXTA-FEIRA 04/07/25 Sopa de legumes (cenoura, chuchu, inhame) Fruta: Manga
	SEGUNDA-FEIRA 07/07/25 Farofa de ovos Chá mate	TERÇA-FEIRA 08/07/25 Pão caseiro de batata- doce c/ molho tomate e carne desfiada Chá mate	QUARTA-FEIRA 09/07/25 Bolo de amendoim Leite c/ cacau Fruta: Banana	QUINTA-FEIRA 10/07/25 RECESSO	SEXTA-FEIRA 11/07/25 RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 14/07/25	TERÇA-FEIRA 15/07/25	QUARTA-FEIRA 16/07/25	QUINTA-FEIRA 17/07/25	SEXTA-FEIRA 18/07/25
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 21/07/25	TERÇA-FEIRA 22/07/25	QUARTA-FEIRA 23/07/25	QUINTA-FEIRA 24/07/25	SEXTA-FEIRA 25/07/25
	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 28/07/25 Sopa de macarrão c/ carne e legumes (acelga, batata-salsa)	TERÇA-FEIRA 29/07/25 Pão caseiro de cenoura c/ ovos mexidos Chá mate	QUARTA-FEIRA 30/07/25 Polenta cremosa Molho de carne suína Salada de tomate (corte meia lua) Fruta: Banana	QUINTA-FEIRA 31/07/25 Galinhada Salada de repolho c/ cenoura ralada	


Cintia Cristina Santos
Nutricionista
CRN-8 13614