



**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 MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30	SEGUNDA-FEIRA 03/03/24	TERÇA-FEIRA 04/03/24	QUARTA-FEIRA 05/03/24	QUINTA-FEIRA 06/03/24	SEXTA-FEIRA 07/03/24
	Recesso	Carnaval	Recesso	Cereal de milho s/ açúcar Leite/ bebida láctea de morango	Risoto de frango c/ abobrinha em cubinhos
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 10/03/24	TERÇA-FEIRA 11/03/24	QUARTA-FEIRA 12/03/24	QUINTA-FEIRA 13/03/24	SEXTA-FEIRA 14/03/24
	Macarrão Molho de frango desfiado c/ colorau	Polenta cremosa Molho de carne c/ tomate Salada de beterraba cozida palito	Pão caseiro c/ margarina Suco de uva  Fruta: Banana	Farofa de ovos Chá mate	Purê de batatas Isclas de carne ensopada c/ vagem picadinha  Fruta: Laranja
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 17/03/24	TERÇA-FEIRA 18/03/24	QUARTA-FEIRA 19/03/24	QUINTA-FEIRA 20/03/24	SEXTA-FEIRA 21/03/24
	Canja de arroz c/ frango, repolho e cenoura ralados	Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate	Virado de feijão c/ carne desfiada Salada de tomate  Fruta: Banana	Macarrão c/ carne picada Salada de alface picada	Torta de legumes e frango (cenoura ralada, milho, vagem picada) Suco de uva  Fruta: Mamão
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 24/03/24	TERÇA-FEIRA 25/03/24	QUARTA-FEIRA 26/03/24	QUINTA-FEIRA 27/03/24	SEXTA-FEIRA 28/03/24
	Macarrão espaguete Molho de carne moída e tomate picadinho	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de beterraba cozida (meia lua)  Fruta: Banana	Pão de queijo Leite c/ cacau	Polenta cremosa Molho de carne c/ vagem e tomate	Bolo de cenoura c/ cobertura de chocolate Suco de amora  Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 31/03/24				
	Arroz colorido c/ frango e cenoura cubinhos Salada de acelga				

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**

**DIABETES**

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 03/03/24	TERÇA-FEIRA 04/03/24	QUARTA-FEIRA 05/03/24	QUINTA-FEIRA 06/03/24	SEXTA-FEIRA 07/03/24
MANHÃ 09h30/ TARDE 14h30	<b>Recesso</b>	<b>Carnaval</b>	<b>Recesso</b>	Cereal de milho s/ açúcar Leite c/ morango	Risoto de frango c/ abobrinha em cubinhos
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 10/03/24	TERÇA-FEIRA 11/03/24	QUARTA-FEIRA 12/03/24	QUINTA-FEIRA 13/03/24	SEXTA-FEIRA 14/03/24
	Macarrão Molho de frango desfiado c/ colorau	Polenta cremosa Molho de carne c/ tomate Salada de beterraba cozida palito	Pão caseiro c/ ovo mexido Suco de uva integral  Fruta: Banana	Farofa de ovos Chá mate s/ açúcar	Purê de batatas Isclas de carne ensopada c/ vagem picadinha  Fruta: Laranja
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 17/03/24	TERÇA-FEIRA 18/03/24	QUARTA-FEIRA 19/03/24	QUINTA-FEIRA 20/03/24	SEXTA-FEIRA 21/03/24
	Canja de arroz c/ frango, repolho e cenoura ralados	Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate s/ açúcar	Virado de feijão c/ carne desfiada Salada de tomate  Fruta: Banana	Macarrão c/ carne picada Salada de alface picada	Torta de legumes e frango (cenoura ralada, milho, vagem picada) Suco de uva integral  Fruta: Mamão
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 24/03/24	TERÇA-FEIRA 25/03/24	QUARTA-FEIRA 26/03/24	QUINTA-FEIRA 27/03/24	SEXTA-FEIRA 28/03/24
	Macarrão espaguete Molho de carne moída e tomate picadinho	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de beterraba cozida (meia lua)	Pão de queijo Leite c/ cacau s/ açúcar  Fruta: Banana	Polenta cremosa Molho de carne c/ vagem e tomate	Bolo de cenoura c/ cobertura de chocolate Suco de amora s/ açúcar  Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 31/03/24	<b>Não adicionar açúcar nas preparações. Caso necessário utilizar adoçante c/ moderação.</b>  <b>Oferecer uma porção maior de proteína, verduras e legumes e feijão. Reduzir a porção de carboidratos, como arroz, macarrão, polenta, purê, etc.</b>			
	Arroz colorido c/ frango e cenoura cubinhos Salada de acelga				



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

INTOLERÂNCIA À LACTOSE

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 03/03/24	TERÇA-FEIRA 04/03/24	QUARTA-FEIRA 05/03/24	QUINTA-FEIRA 06/03/24	SEXTA-FEIRA 07/03/24
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30	<b>Recesso</b>	<b>Carnaval</b>	<b>Recesso</b>	Cereal de milho s/ açúcar <b>Leite s/ lactose c/ morango</b>	Risoto de frango c/ abobrinha em cubinhos
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 10/03/24	TERÇA-FEIRA 11/03/24	QUARTA-FEIRA 12/03/24	QUINTA-FEIRA 13/03/24	SEXTA-FEIRA 14/03/24
	Macarrão Molho de frango desfiado c/ colorau	Polenta cremosa Molho de carne c/ tomate Salada de beterraba cozida palito	Pão caseiro c/ ovos mexidos Suco de uva  Fruta: Banana	Farofa de ovos Chá mate	Purê de batatas <b>s/ leite</b>  Isclas de carne ensopada c/ vagem picadinha  Fruta: Laranja
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 17/03/24	TERÇA-FEIRA 18/03/24	QUARTA-FEIRA 19/03/24	QUINTA-FEIRA 20/03/24	SEXTA-FEIRA 21/03/24
	Canja de arroz c/ frango, repolho e cenoura ralados	Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate	Virado de feijão c/ carne desfiada Salada de tomate  Fruta: Banana	Macarrão c/ carne picada Salada de alface picada	Torta de legumes <b>s/ leite</b> e frango (cenoura ralada, milho, vagem picada) Suco de uva  Fruta: Mamão
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 24/03/24	TERÇA-FEIRA 25/03/24	QUARTA-FEIRA 26/03/24	QUINTA-FEIRA 27/03/24	SEXTA-FEIRA 28/03/24
	Macarrão espaguete Molho de carne moída e tomate picadinho	Arroz Feijão Ovos mexidos Salada de beterraba cozida (meia lua)	Pão de queijo s/ lactose <b>Leite s/ lactose c/ cacau</b>  Fruta: Banana	Polenta cremosa Molho de carne c/ vagem e tomate	Bolo de cenoura c/ cobertura de chocolate <b>s/ lactose</b> Suco de amora  Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 31/03/24				
	Arroz colorido c/ frango e cenoura cubinhos Salada de acelga				