



**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	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30	02/06/25 Canja de arroz c/ repolho, cenoura e frango	03/06/25 Macarrão espaguete Molho de carne c/ açafraão e cenoura	04/06/25 Arroz doce c/ canela  Fruta: Banana	05/06/25 Arroz Feijão Farofa de carne suína desfiada c/ legumes (cenoura ralada e pimentão picadinho)	07/06/25 Pão caseiro Ovos mexidos Chá mate  Fruta: Poncã
	REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	09/06/25 Sopa de macarrão c/ legumes e carne desfiada (acelga, batata-doce, cenoura)	10/06/25 Pão caseiro de abóbora c/ requeijão caseiro Chá mate	11/06/25 Arroz c/ frango desfiado e vagem picadinha Salada de beterraba cozida palito  Fruta: Banana	12/06/25 Arroz Feijão Carne ensopada c/ batata
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30		16/06/25 Creme de ervilha c/ carne e legumes (ervilha cozida batida, cenoura e batata em cubos e carne desfiada)	17/06/25 Risoto de frango Salada de beterraba cozida (palito)	18/06/25 Pão de queijo Chá mate (morno)  Fruta: Banana	19/06/25  <b>Corpus Christi</b>
	REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	23/06/25 Sopa de macarrão padre nosso feijão, frango e cenoura	24/06/25 Arroz Feijão Purê de batata Molho de carne moída c/ tomate	25/06/25 Pão caseiro de abóbora c/ patê de frango desfiado Chá mate  Fruta: Banana	26/06/25 Polenta/ quirera Carne ensopada c/ cenoura e tomate
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30		30/06/25 Canja de arroz c/ frango e legumes (cenoura, repolho, chuchu)			

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	SEGUNDA-FEIRA 02/06/25	TERÇA-FEIRA 03/06/25	QUARTA-FEIRA 04/06/25	QUINTA-FEIRA 05/06/25	SEXTA-FEIRA 07/06/25
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30	Canja de arroz c/ repolho, cenoura e frango	Macarrão espaguete Molho de carne c/ açafraão e cenoura	Arroz doce <b>S/ LACTOSE</b> c/ canela  Fruta: Banana	Arroz Feijão Farofa de carne suína desfiada c/ legumes (cenoura ralada e pimentão picadinho)	Pão caseiro Ovos mexidos Chá mate  Fruta: Poncã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 09/06/25	TERÇA-FEIRA 10/06/25	QUARTA-FEIRA 11/06/25	QUINTA-FEIRA 12/06/25	SEXTA-FEIRA 13/06/25
	Sopa de macarrão c/ legumes e carne desfiada (acelga, batata-doce, cenoura)	Pão caseiro de abóbora c/ requeijão caseiro <b>S/ LACTOSE</b> Chá mate	Arroz c/ frango desfiado e vagem picadinha Salada de beterraba cozida palito  Fruta: Banana	Arroz Feijão Carne ensopada c/ batata	Macarrão espaguete Molho de carne desfiada c/ tomate Salada de repolho ralada  Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 16/06/25	TERÇA-FEIRA 17/06/25	QUARTA-FEIRA 18/06/25	QUINTA-FEIRA 19/06/25	SEXTA-FEIRA 20/06/25
	Creme de ervilha c/ carne e legumes (ervilha cozida batida, cenoura e batata em cubos e carne desfiada)	Risoto de frango Salada de beterraba cozida (palito)	Pão de queijo <b>S/ LACTOSE</b> Chá mate (morno)  Fruta: Banana	<b>Corpus Christi</b>	<b>Recesso</b>
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 23/06/25	TERÇA-FEIRA 24/06/25	QUARTA-FEIRA 25/06/25	QUINTA-FEIRA 26/06/25	SEXTA-FEIRA 27/06/25
	Sopa de macarrão padre nosso feijão, frango e cenoura	Arroz Feijão Purê de batata <b>S/ LEITE</b> Molho de carne moída c/ tomate	Pão caseiro de abóbora c/ patê de frango desfiado <b>S/ LACTOSE</b> Chá mate  Fruta: Banana	Polenta/ quirera Carne ensopada c/ cenoura e tomate	Bolo toalha felpuda <b>S/ LACTOSE</b> Suco de uva/ chá mate (morno)  Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 30/06/25				
	Canja de arroz c/ frango e legumes (cenoura, repolho, chuchu)				



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 02/06/25	TERÇA-FEIRA 03/06/25	QUARTA-FEIRA 04/06/25	QUINTA-FEIRA 05/06/25	SEXTA-FEIRA 07/06/25
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30	Canja de arroz <b>INTEGRAL</b> c/ repolho, cenoura e frango	<b>Arroz integral</b> Molho de carne c/ açafraão e cenoura	Arroz doce <b>S/ AÇÚCAR</b> c/ canela  Fruta: Banana	<b>Arroz integral</b> Feijão Farofa de carne suína desfiada c/ legumes (cenoura ralada e pimentão picadinho)	Pão caseiro <b>INTEGRAL</b> Ovos mexidos Chá mate <b>S/ AÇÚCAR</b>  Fruta: Poncã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	<b>SEGUNDA-FEIRA 09/06/25</b> <b>Sopa legumes</b> e carne desfiada (acelga, batata-doce, cenoura)	<b>TERÇA-FEIRA 10/06/25</b> Pão caseiro <b>INTEGRAL</b> de abóbora c/ requeijão caseiro Chá mate <b>S/ AÇÚCAR</b>	<b>QUARTA-FEIRA 11/06/25</b> <b>Arroz integral</b> c/ frango desfiado e vagem picadinha Salada de beterraba cozida palito  Fruta: Banana	<b>QUINTA-FEIRA 12/06/25</b> <b>Arroz integral</b> Feijão Carne ensopada c/ batata	<b>SEXTA-FEIRA 13/06/25</b> Macarrão espaguete Molho de carne desfiada c/ tomate Salada de repolho ralada  Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	<b>SEGUNDA-FEIRA 16/06/25</b> Creme de ervilha c/ carne e legumes (ervilha cozida batida, cenoura e batata em cubos e carne desfiada)	<b>TERÇA-FEIRA 17/06/25</b> Risoto <b>INTEGRAL</b> de frango Salada de beterraba cozida (palito)	<b>QUARTA-FEIRA 18/06/25</b> Pão de queijo Chá mate <b>S/ AÇÚCAR</b>  Fruta: Banana	<b>QUINTA-FEIRA 19/06/25</b> <b>Corpus Christi</b>	<b>SEXTA-FEIRA 20/06/25</b> <b>Recesso</b>
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	<b>SEGUNDA-FEIRA 23/06/25</b> Sopa de macarrão padre nosso feijão, frango e cenoura	<b>TERÇA-FEIRA 24/06/25</b> <b>Arroz integral</b> Feijão Purê de batata Molho de carne moída c/ tomate	<b>QUARTA-FEIRA 25/06/25</b> Pão caseiro <b>INTEGRAL</b> de abóbora c/ patê de frango desfiado Chá mate  Fruta: Banana	<b>QUINTA-FEIRA 26/06/25</b> Polenta/ quirera Carne ensopada c/ cenoura e tomate	<b>SEXTA-FEIRA 27/06/25</b> Bolo toalha felpuda <b>INTEGRAL</b> Suco de uva/ chá mate <b>S/ AÇÚCAR</b> (morno)  Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	<b>SEGUNDA-FEIRA 30/06/25</b> Canja de arroz <b>INTEGRAL</b> c/ frango e legumes (cenoura, repolho, chuchu)				

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 02/06/25	TERÇA-FEIRA 03/06/25	QUARTA-FEIRA 04/06/25	QUINTA-FEIRA 05/06/25	SEXTA-FEIRA 07/06/25
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30	Canja de arroz c/ repolho, cenoura e frango	Macarrão espaguete Molho de carne c/ açafraão e cenoura	Arroz doce c/ canela  Fruta: Banana	Arroz Feijão Farofa de carne suína desfiada c/ legumes (cenoura ralada e pimentão picadinho)	Pão caseiro <b>Molho de carne desfiada</b> Chá mate  Fruta: Poncã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 09/06/25	TERÇA-FEIRA 10/06/25	QUARTA-FEIRA 11/06/25	QUINTA-FEIRA 12/06/25	SEXTA-FEIRA 13/06/25
	Sopa de macarrão c/ legumes e carne desfiada (acelga, batata-doce, cenoura)	Pão caseiro de abóbora c/ requeijão caseiro Chá mate	Arroz c/ frango desfiado e vagem picadinha Salada de beterraba cozida palito  Fruta: Banana	Arroz Feijão Carne ensopada c/ batata	Macarrão espaguete Molho de carne desfiada c/ tomate Salada de repolho ralada  Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 16/06/25	TERÇA-FEIRA 17/06/25	QUARTA-FEIRA 18/06/25	QUINTA-FEIRA 19/06/25	SEXTA-FEIRA 20/06/25
	Creme de ervilha c/ carne e legumes (ervilha cozida batida, cenoura e batata em cubos e carne desfiada)	Risoto de frango Salada de beterraba cozida (palito)	Pão de queijo <b>S/ OVO</b> Chá mate (morno)  Fruta: Banana	<b>Corpus Christi</b>	<b>Recesso</b>
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 23/06/25	TERÇA-FEIRA 24/06/25	QUARTA-FEIRA 25/06/25	QUINTA-FEIRA 26/06/25	SEXTA-FEIRA 27/06/25
	Sopa de macarrão padre nosso feijão, frango e cenoura	Arroz Feijão Purê de batata Molho de carne moída c/ tomate	Pão caseiro de abóbora c/ patê de frango desfiado Chá mate  Fruta: Banana	Polenta/ quirera Carne ensopada c/ cenoura e tomate	Bolo toalha felpuda <b>S/ OVO</b> Suco de uva/ chá mate (morno)  Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 30/06/25				
	Canja de arroz c/frango e legumes (cenoura, repolho, chuchu)				



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

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA 4 A 5 ANOS E 11 MESES

ALERGIA À FEIJÃO

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA 02/06/25	TERÇA-FEIRA 03/06/25	QUARTA-FEIRA 04/06/25	QUINTA-FEIRA 05/06/25	SEXTA-FEIRA 07/06/25
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30	Canja de arroz c/ repolho, cenoura e frango	Macarrão espaguete Molho de carne c/ açafraão e cenoura	Arroz doce c/ canela  Fruta: Banana	Arroz <b>Purê de abóbora cabotia</b> Farofa de carne suína desfiada c/ legumes (cenoura ralada e pimentão picadinho)	Pão caseiro Ovos mexidos Chá mate  Fruta: Poncã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	Sopa de macarrão c/ legumes e carne desfiada (acelga, batata-doce, cenoura)	Pão caseiro de abóbora c/ requeijão caseiro Chá mate	Arroz c/ frango desfiado e vagem picadinha Salada de beterraba cozida palito  Fruta: Banana	Arroz <b>Repolho refogado</b> Carne ensopada c/ batata	Macarrão espaguete Molho de carne desfiada c/ tomate Salada de repolho ralada  Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	Creme de ervilha c/ carne e legumes (ervilha cozida batida, cenoura e batata em cubos e carne desfiada)	Risoto de frango Salada de beterraba cozida (palito)	Pão de queijo Chá mate (morno)  Fruta: Banana	<b>Corpus Christi</b>	<b>Recesso</b>
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	Sopa de macarrão padre nosso <b>S/ FEIJÃO</b> , frango e cenoura	Arroz Purê de batata Molho de carne moída c/ tomate	Pão caseiro de abóbora c/ patê de frango desfiado Chá mate  Fruta: Banana	Polenta/ quirera Carne ensopada c/ cenoura e tomate	Bolo toalha felpuda Suco de uva/ chá mate (morno)  Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	<b>SEGUNDA-FEIRA 30/06/25</b> Canja de arroz c/frango e legumes (cenoura, repolho, chuchu)				

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

**Fazer as substituições de acordo com a preparação destacada no Cardápio.**