

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - EMEB ABEL DOS REIS (ENSINO FUNDAMENTAL I e II - MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL  
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) FAIXA ETÁRIA: 09 A 15 ANOS**

**Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.**

**SETEMBRO/2024**

| <b>Set/24<br/>1ª Semana</b>                   | <b>2ª FEIRA<br/>02/09</b>   | <b>3ª FEIRA<br/>03/09</b>  | <b>4ª FEIRA<br/>04/09</b>  | <b>5ª FEIRA<br/>05/09</b>                                      | <b>6ª FEIRA<br/>06/09</b>                            |
|---|---|--|--|--|--|
| <b>Desjejum</b>                               | Leite com cacau 100% + Bolacha maisena + Maçã                               | Leite com cacau 100% + Bolo simples + Banana                         | Leite com cacau 100% + Bolacha cream craker Simples + Melancia             | Leite com cacau 100% + Bolacha Maisena + Maçã                  | Leite com cacau 100% + Pão com manteiga + Melancia   |
| <b>Almoço</b>                                 | Arroz + Feijão + Frango ao molho + Farofa de abobrinha+ Salada de beterraba | Arroz + Feijão + Patinho em cubos+ Purê de batata + Salada de alface | Arroz + Feijão + Macarronada com carne moída + Salada de acelga com tomate | Arroz + Feijão + Frango ao molho + Cabotia + Salada de repolho | Arroz + Feijoada Light + Farofa de Couve + Vinagrete |
| <b>Fruta/Suco</b>                             | Melancia  | Suco natural de maracujá   | Melão  | Manga  | Abacaxi  |
| <b>Composição nutricional (Média semanal)</b> | <b>Energia (Kcal)</b>   | <b>CHO (g)</b>   | <b>PTN(g)</b>  | <b>LPD (g)</b>   |  |
|   |   | <b>55% a 65% do VET</b>  | <b>10% a 15% do VET</b>  | <b>15% a 25% do VET</b>  |  |
|   |   | 835,6  | 112,85g / 134,35g  | 20,9g / 31,1g  | 17g / 21,9g  |
|   |   | 60,10% / 63%   | 11,70% / 15%   | 19,87% / 22,67%  |  |

**Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida. As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.**

Thais Guiraldelli Duarte  
NUTRICIONISTA  
CRN 84822



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – E.E. ABEL DOS REIS (ENSINO FUNDAMENTAL I e II) - MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL  
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) FAIXA ETÁRIA: 09 A 15 ANOS

Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

SETEMBRO/2024

| Set/24<br>2ª Semana                           | 2ª FEIRA<br>09/09  | 3ª FEIRA<br>10/09   | 4ª FEIRA<br>11/09  | 5ª FEIRA<br>12/09   | 6ª FEIRA<br>13/09   |
|---|--|---|--|---|---|
| <b>Desjejum</b>                               | Leite com cacau 100% + Bolacha Maisena+ Banana                       | Leite com cacau 100% + Bolo de fubá+ Maçã                                 | Leite com cacau 100% + Bolacha Cream cracker + Melancia                  | Leite com cacau 100% + Bolo Simples + Mamão                                     | Leite com cacau 100% + Bolacha maisena + Maçã                             |
| <b>Almoço</b>                                 | Arroz + Feijão + Pernil em cubos + Chuchu refogado+ Salada de alface | Arroz + Feijão + Quibe assado+ Mandioquinha + Salada de acelga com tomate | Arroz + Feijão + Frango ao molho + Batata doce assada + Salada de alface | Arroz + Feijão + Macarrão ao Molho branco + Patinho em cubos + Salada de alface | Arroz + Feijão + Frango com milho + Farofa de couve + Salada de beterraba |
| <b>Fruta/Suco</b>                             | Melancia   | Abacaxi   | Manga  | Melão   | Melancia  |
| <b>Composição nutricional (Média semanal)</b> | <b>Energia (Kcal)</b>  | <b>CHO (g)</b>  | <b>PTN (g)</b>   | <b>LPD (g)</b>  |   |
|   |  | <b>55% a 65% do VET</b>   | <b>10% a 15% do VET</b>  | <b>15% a 30% do VET</b>   |   |
|   |  | 112,7g / 152,8g   | 29,1g / 34,9g  | 14,2g / 23,8g   |   |
|   |  | 56,70% / 65,4%  | 14,1% / 15%  | 16,28% / 27,91%   |   |

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida.As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.

Thais Guiraldelli Duarte  
NUTRICIONISTA  
CRN 84822



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS  
COQUEIROS/SPPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO  
ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – E.E. ABEL DOS REIS (ENSINO FUNDAMENTAL I E II) MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL  
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) - FAIXA ETÁRIA: 09 A 15 ANOS**

**Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.**

**SETEMBRO/2024**

| <b>Set/24<br/>3ª Semana</b>                   | <b>2ª FEIRA<br/>16/09</b>  | <b>3ª FEIRA<br/>17/09</b>   | <b>4ª FEIRA<br/>18/09</b>                            | <b>5ª FEIRA<br/>19/09</b>  | <b>6ª FEIRA<br/>20/09</b>   |                         |  |
|---|--|---|--|--|---|-------------------------|--|
| <b>Desjejum</b>                               | Leite com cacau 100% + Bolacha de Maisena + Maçã                           | Leite com cacau 100% + Bolo de cenoura + Banana                         | Leite com cacau 100% + Bolacha cream cracker+ Maçã   | Leite com cacau 100% + Biscoito de maisena + Banana  | Leite com cacau 100% + Pão com manteiga + Maçã                        |                         |  |
| <b>Almoço</b>                                 | Arroz + Feijão + Frango ao Molho + Farofa de abobrinha + Salada de repolho | Arroz + Feijão + Carne moída com cenoura e batata + Salada de beterraba | Arroz + Feijoada Light + Farofa de Couve + Vinagrete | Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Macarrão alho e óleo com brócolis e cenoura+ Salada de repolho | Arroz + Feijão + Strogonoff de frango + Batata assada + Mix de folhas |                         |  |
| <b>Fruta/Suco</b>                             | Manga  | Tangerina   | Suco natural de maracujá                             | Abacaxi  | Melancia  |                         |  |
| <b>Composição nutricional (Média semanal)</b> | <b>Energia (Kcal)</b>  | <b>CHO (g)</b>  |  | <b>PTN (g)</b>   |   |                         |  |
|   |  | <b>55% a 65% do VET</b>   |  | <b>10% a 15% do VET</b>  |   | <b>15% a 30% do VET</b> |  |
|   |  | 800,37  | 114,54g / 133,7g                                     | 22,9g / 35g  | 16g / 21,7g   |                         |  |
|   |  | 61,19% / 63%  | 12,59% / 15%   | 18,90% / 23,7%   |   |                         |  |

**Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida. As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.**

Thais Guraldem Duarte  
NUTRICIONISTA  
CRN 84822



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – E.E. ABEL DOS REIS (ENSINO FUNDAMENTAL I E II) - MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL  
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) - FAIXA ETÁRIA: 09 A 15 ANOS**

**Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.**

**SETEMBRO/2024**

| <b>Set/24<br/>4ª Semana</b>                   | <b>2ª FEIRA<br/>23/09</b>  | <b>3ª FEIRA<br/>24/09</b>   | <b>4ª FEIRA<br/>25/09</b>   | <b>5ª FEIRA<br/>26/09</b>  | <b>6ª FEIRA<br/>27/09</b>  |
|---|--|---|---|--|--|
| <b>Desjejum</b>                               | Leite com cacau 100% + Bolacha de Maisena + Banana                               | Leite com cacau 100% + Bolo simples + Maçã                          | Leite com cacau 100% + Biscoito cream cracker + Melancia            | Leite com cacau 100% + Bolo de cacau + Banana                          | Leite com cacau 100% + Pão com manteiga + Maçã   |
| <b>Almoço</b>                                 | Arroz + Feijão + Frango ao Molho + Macarrão ao molho vermelho + Salada de acelga | Arroz + Feijão + Quibe assado + Cabotia refogada + Salada de Alface | Arroz + Feijão + Frango + Vagem refogada + Salada de chuchu com ovo | Arroz + Feijão + Pernil em cubos + Polenta de fubá + Salada de Repolho | Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Couve Flor gratinada com batata + Salada de tomate |
| <b>Fruta/Suco</b>                             | Melancia   | Abacaxi   | Manga   | Maçã   | Melão  |
| <b>Composição nutricional (Média semanal)</b> | <b>Energia (Kcal)</b>  | <b>CHO (g)</b>  | <b>PT((g)</b>   | <b>LPD (g)</b>   |  |
|   |  | <b>55% a 65% do VET</b>   | <b>10% a 15% do VET</b>   | <b>15% a 30% do VET</b>  |  |
|   |  | 111,65g / 152,8g  | 27,19g / 36,9g  | 13,2g / 23,8g  |  |
|   | 819,2  | 56,73% / 64%  | 13,2% / 14,5%   | 16,20% / 27,75%  |  |

**Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida. As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.**

*Thais Guralde'li Duarte*  
**NUTRICIONISTA**  
**CRN 84822**

