

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

**CARDÁPIO – EMEB “Professor Romualdo de Carvalho” (E. Fundamental I) MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS**

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

OUTUBRO/2024

Out/24 1ª Semana	2ª FEIRA 30/09	3ª FEIRA 01/10	4ª FEIRA 02/10	5ª FEIRA 03/10	6ª FEIRA 04/10
Desjejum (06:45)	Leite com cacau 100% + Biscoito cream cracker + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo simples de cacau + Maçã	Leite com cacau 100% + Biscoito de maisena + Banana	Leite com cacau 100% + Pão caseiro + Maçã	Leite com cacau 100% + Bolo simples de laranja + Banana
Almoço (09:30)	Arroz + Feijão + Frango em cubos + Cabotiá refogada + Salada de chuchu com ovo	Arroz + Feijão + Patinho em cubos com cenoura e batata + Salada de alface	Arroz + Feijoada Light + Farofa de Couve + Vinagrete	Arroz + Feijão + Macarronada com carne moída + Salada de Acelga com tomate	Arroz + Feijão + Frango em cubos com milho + Farofa da abobrinha + Salada de beterraba
Fruta/Suco (10:20)	Suco natural de Maracujá	Pera	Manga palmer	Suco Natural de Abacaxi	Tangerina
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		112,4g / 133,9g	22,9g / 35g	14g / 20,65g	
		61,10% / 63%	12,57% / 15%	18,73% / 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 Guiraldeili Duarte
NUTRICIONISTA
CRN 84822 

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

**CARDÁPIO – EMEB “Professor Romualdo de Carvalho” (E. Fundamental I) MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS**

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

OUTUBRO/2024

Out/24 2ª Semana	2ª FEIRA 07/10	3ª FEIRA 08/10	4ª FEIRA 09/10	5ª FEIRA 10/10	6ª FEIRA 11/10
Desjejum (06:45)	Leite com cacau 100% + Biscoito cream cracker + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo simples de fubá + Maçã	Leite com cacau 100% + Biscoito cream cracker + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo simples de cacau + Maçã	Leite com cacau 100% + Pão francês + Banana
Almoço (09:30)	Arroz + Feijão + Carne Moída com batata e cenoura + Salada de acelga	Arroz + Feijão + Pernil em cubos + Mandioquinha + Farofa de couve + Salada de repolho	Pão com carne moída	Arroz + Feijão + Patinho + Mandioca cozida + Salada de alface e tomate	Lanche na praça
Fruta/Suco (10:20)	Melancia	Abacaxi	Suco	Melão	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		798,2	113,6g / 151,8g	27,1g / 35,9g	15,2g / 23,7g
			55,69% / 65%	14,2% / 15%	16,25% / 26,78%

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 – EMEB “Professor Romualdo de Carvalho” (E. Fundamental I) MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS**

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

OUTUBRO/2024

Out/24 3ª Semana	2ª FEIRA 14/10	3ª FEIRA 15/10	4ª FEIRA 16/10	5ª FEIRA 17/10	6ª FEIRA 18/10
Desjejum (06:45)	Leite com cacau 100% + Biscoito de maizena + Maçã	Leite com cacau 100% + Bolo simples de fubá + Maçã	Leite com cacau 100% + Biscoito cream cracker + Banana	Leite com cacau 100% + Pão caseiro + Maçã	Leite com cacau 100% + Bolo simples de cacau + Tangerina
Almoço (09:30)	Arroz + Feijão + Frango acebolado + Brócolis e cenoura+ Salada de Acelga e tomate	Arroz + Feijão + Pernil em Cubos + Macarrão alho e óleo + Salada de beterraba	Arroz + Feijão + Quibe assado + Mandioquinha + Salada de alface	Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Batata com cheiro verde + Salada de repolho	Arroz + Feijão + Frango em cubos + Batata doce assada + Salada de acelga e tomate
Fruta/Suco (10:20)	Suco natural de Abacaxi	Melancia	Tangerina	Suco natural de Maracujá	Mamão
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		804,2	113,6g / 155,8g	27,1g / 34,9g	14,2g / 23,7g
		57,75% / 65%	13,8% / 15%	17,30% / 27,87%	

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 – EMEB “Professor Romualdo de Carvalho” (E. Fundamental I) MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS**

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

OUTUBRO/2024

Out/24 4ª Semana	2ª FEIRA 21/10	3ª FEIRA 22/10	4ª FEIRA 23/10	5ª FEIRA 24/10	6ª FEIRA 25/10
Desjejum (06:45)	Leite com cacau 100% + Biscoito cream cracker + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo simples de fubá + Maçã	Leite com cacau 100% + Biscoito maisena + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo Simples + Maçã	Leite com cacau 100% + Pão francês + melancia
Almoço (09:30)	Arroz + Feijão + Frango em cubos + Farofa de abobrinha + Salada de Repolho com tomate	Arroz + Feijão + Patinho em tiras + Mandioca cozida + Salada de alface	Arroz + Feijoada Light + Farofa de Couve + Vinagrete	Arroz + Feijão + Frango acebolado + Cabotiá refogada + Salada de alface	Arroz + Feijão + Escondidinho de carne moída + Salada de acelga
Fruta/Suco (10:20)	Abacaxi	Melancia	Manga	Suco natural de Maracujá	Tangerina
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		799,2	113,6g / 152,8g	27,1g / 36,9g	15,2g / 22,7g
		55,65% / 64%	13,2% / 15%	15,85% / 27,55%	

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 Guraldelli Duarte
NUTRICIONISTA
CRN 84822



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

**CARDÁPIO – EMEB “Professor Romualdo de Carvalho” (E. Fundamental I) MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) FAIXA ETÁRIA: 6 A 10 ANOS**

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

OUTUBRO/2024

Out/24 5ª Semana	2ª FEIRA 28/10	3ª FEIRA 29/10	4ª FEIRA 30/10	5ª FEIRA 31/10	6ª FEIRA 01/11
Desjejum (06:45)	FERIADO	Leite com cacau 100% + Bolo simples de fubá + Maçã	Leite com cacau 100% + Biscoito maisena + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo Simples + Maçã	Leite com cacau 100% + Pão francês + melancia
Almoço (09:30)	FERIADO	Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Batata com cheiro verde + Salada de repolho	Arroz + Feijão + Frango acebolado + Cabotiá refogada + Salada de alface	Arroz + Feijão + Pernil em cubos + Mandioca cozida + Salada de beterraba	Arroz + Feijão + Strogonoff de carne + Batata assada + Salada de Alface e tomate
Fruta/Suco (10:20)	FERIADO	Melancia	Manga	Suco natural de Maracujá	Tangerina
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		797,2	113,6g / 152,8g	27,1g / 36,9g	15,2g / 22,7g
		55,65% / 64%	13,2% / 15%	15,85% / 27,55%	

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 Guiraldeili Duarte
NUTRICIONISTA
CRN 84822 