

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

**CARDÁPIO - EMEB ABEL DOS REIS (ENSINFUNDAMENTAL 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.

NOVEMBRO/2024

Nov/24 1ª Semana	2ª FEIRA 04/11	3ª FEIRA 05/11	4ª FEIRA 06/11	5ª FEIRA 07/11	6ª FEIRA 08/11
Desjejum	Leite com cacau 100% +Biscoito cream cracker + Maçã	Leite com cacau 100% + Bolacha maisena + Banana	Leite com cacau 100% +Bolo Simples + Maçã	Leite com cacau 100% + Bolacha Maisena + Banana	Leite com cacau 100% + Pão com manteiga + Maçã
Almoço	Arroz + Feijão + Carne moída + Chuchu refogado + Salada de repolho com tomate	Arroz + Feijão + Frango ao molho + Brócolis + Salada de beterraba	Arroz + Feijoada Light + Farofa de Couve + Vinagrete	Arroz + Feijão + Carne de panela com batata e cenoura+ Salada de repolho	Arroz + Feijão + Frango com milho + Couve flor gratinada+ Salada de alface
Fruta/Suco	Suco natural de maracujá	Pera	Abacaxi	Mamão	Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN(g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 25% do VET
		817,3	114,4g / 137,9g	21,9g / 31,2g	15g / 21,7g
			61,10% / 63%	11,80% / 15%	19,77% / 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 nutricionamente equivalentes.

Thais Guiraldelli Duarte
**NUTRICIONISTA
CRN 84822**



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

CARDÁPIO – EMEB ABEL DOS REIS (ENSINFUNDAMENTAL I e II) - MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO:
PARCIALUNIDADE 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.

NOVEMBRO/2024

Nov/24 2ª Semana	2ª FEIRA 11/11	3ª FEIRA 12/11	4ª FEIRA 13/11	5ªFEIRA 14/11	6ª FEIRA 15/11
Desjejum	Leite com cacau 100% + Bolacha Maisena+ Pera	Leite com cacau 100% + Bolo simples cracker + Maçã	Leite com cacau 100% + Bolacha cream cracker+ Melancia	Leite com cacau 100% + Bolo Simples + Banana	
Almoço	Arroz + Feijão + Pernil + Cenoura e vagem refogados + Salada de tomate	Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Macarrão ao molho branco + Salada de alface	Arroz + Feijão + Frango + Cabotiá + Salada de beterraba	Arroz + Feijão + Quibe assado + Pure de batata + Salada de alface	Feriado
Fruta/Suco	Melancia	Abacaxi	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	
		803,2	113,6g / 154,8g	27,1g / 35,9g	14,2g / 22,7g
		56,70% / 65%	14,2% / 15%	17,30% / 27,80%	

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 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.

NOVEMBRO/2024

Nov/24 3ª Semana	2ª FEIRA 18/11	3ª FEIRA 19/11	4ª FEIRA 20/11	5ª FEIRA 21/11	6ª FEIRA 22/11
Desjejum	Leite com cacau 100% + Bolacha de Cream cracker + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo de cacau + + Melancia		Leite com cacau 100% + Biscoito de maisena + Banana	Leite com cacau 100% + Pão com manteiga + Maçã
Almoço	Arroz + Feijão + Pernil + Mandiocinha + Salada de acelga com tomate	Arroz + Feijão + Carne moída com cenoura e batata + Salada de beterraba	Feriado	Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Salada de Mandioca + + Salada de alface	Arroz + Feijão + Strogonoff de frango + Batata assada + Mix de folhas
Fruta/Suco	Manga	Tangerina		Abacaxi	Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		Ener gia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		805,37	114,54g / 132,7g	23,9g / 35g	15g / 21,7g
			63,10% / 64%	12,60% / 15%	18,80% / 24,7%

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 nutricionamente equivalentes.

Thais Guraldelli Duarte
NUTRICIONISTA
CRN 84822



**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.

NOVEMBRO/2024

Nov/24 4ª Semana	2ª FEIRA 25/11	3ª FEIRA 26/11	4ª FEIRA 27/11	5ª FEIRA 28/11	6ª FEIRA 29/11
Desjejum	Leite com cacau 100% + Bolacha de Maisena + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo simples + Maçã	Leite com cacau 100% + Bolacha cream cracker + Pera	Leite com cacau 100% + Biscoito cream cracker + Banana	Leite com cacau 100% + Pão francês + Maçã
Almoço	Arroz + Feijão + Carne moída com tomate + Abobrinha refogada + Salada de Alface	Arroz + Feijoada Light + Farofa de Couve + Vinagrete	Arroz + Feijão + Frango ao Molho + Batata doce assada + Salada de acelga	Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Farofa de couve + Salada de Repolho com tomate	Arroz + Feijão + Frango + Macarrão ao molho vermelho + Salada de chuchu com ovo
Fruta/Suco	Maçã	Suco natural de abacaxi	Manga	Melancia	Tangerina
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PT((g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		824,2	110,6g / 153,8g	26,1g / 36,9g	15,2g / 22,7g
		56,70% / 65%	14,2% / 15%	16,30% / 27,80%	

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 Guiraldeilli Duarte
NUTRICIONISTA
CRN 84822

