

**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.

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 (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 + Tangerina	Leite com cacau 100% + Pão caseiro + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo simples de laranja + Maçã
Almoço (09:30)	Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Macarrão ao molho vermelho + Salada de repolho	Arroz + Feijão + Frango em cubos + Cabotiá + Salada de alface com tomate	Arroz + Feijão + Carne Moída com batata e cenoura + Salada de beterraba	Arroz + Feijão + Pernil em cubos + Brócolis + Cenoura + Salada de acelga	Arroz + Feijão + Frango em cubos + Farofa de abobrinha com cenoura + Salada de alface
Fruta/Suco (10:20)	Suco natural de Maracujá	Tangerina	Manga palmer	Suco Natural de Abacaxi	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 30% do VET	
		800,32	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 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.

NOVEMBRO/2024

Nov/24 2ª Semana	2ª FEIRA 11/11	3ª FEIRA 12/11	4ª FEIRA 13/11	5ª FEIRA 14/11	6ª FEIRA 15/11
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 francês + Maçã	
Almoço (09:30)	Arroz + Feijão + Frango + Salada de chuchu com ovo + Salada de alface	Arroz + Feijão + Pernil em cubos + Purê de batata + Brócolis + Salada de tomate	Arroz + Feijão + Carne moída + Macarrão ao molho vermelho + Salada de alface	Arroz + Feijão + Strogonoff de Carne + Batata assada + Salada de beterraba	Feriado
Fruta/Suco (10:20)	Abacaxi	Melancia	Tangerina	Suco natural de Maracujá	
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.

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 (06:45)	Leite com cacau 100% + Biscoito maisena + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo simples de cacau + Maçã	Leite com cacau 100% + Biscoito cream cracker + Tangerina	Leite com cacau 100% + Pão caseiro + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo simples de laranja + Maçã
Almoço (09:30)	Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Mandioquinha + Salada de repolho	Arroz + Feijão + Quibe assado + Salada de batata+ Salada de tomate	Arroz + Feijão + Frango com brócolis e cenoura + Salada de alface e beterraba	Arroz + Feijoada Light + Farofa de Couve + Vinagrete	Arroz + Feijão + Frango em Cubos com milho + Cabotiá refogada + Salada de chuchu com ovo
Fruta/Suco (10:20)	Suco natural de Maracujá	Melancia	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	
		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 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

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 (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 + Abobrinha refogada + Salada de Repolho com tomate	Arroz + Feijão + Strogonof de carne + Batata assada Salada de alface e tomate	Arroz + Feijão + Pernil em cubos + Salada de mandioca+ Salada de beterraba	Arroz + Feijão + Frango acebolado + Cabotiá refogada + Salada de alface	Arroz + Feijão + Escondidinho de carne moída + Salada de alface
Fruta/Suco (10:20)	Suco natural de 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

