

## SEMANA 01

ABRIL/2024	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	01/04	02/04	03/04	04/04	05/04
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 7h	- Leite - Cereal matinal	- Leite com cacau - Pão de aipim com manteiga	- Fruta	- Café com leite - Pão com doce de fruta	- Café com leite - Pão de cenoura
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 9h20min	- Fruta	- Fruta	- Carreteiro	- Fruta	- Fruta
<b>ALMOÇO</b> 11h30min	- Arroz integral - Feijão carioca - Bife acebolado - Massa caseira - Salada crua e cozida	- Arroz - Feijão preto - Frango assado - Escondidinho de batata - Salada crua e cozida	x	- Arroz - Lentilha - Lombo suíno - Aipim com farofa - Salada cozida	- Arroz integral - Feijão preto - Bife de frango - Moranga refogada - Salada crua e cozida
<b>LANCHE DA TARDE</b> 15h	- Pizza de rês - Fruta	- Vitamina de abacate - Biscoito salgado com requeijão - Fruta	x	- Rosquinha - Fruta	- Picadinho de frios - Fruta



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	ENERGIA (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
<b>6 A 10 ANOS</b>	1143,11 Kcal	36g 13%	36g 29%	168g 59%	772,85 mg
<b>11 A 15 ANOS</b>	1658,52 Kcal	54g 13%	53g 29%	242g 58%	1273,82 mg

Obs: Cardápio sujeito a alterações.

## SEMANA 02

ABRIL/2024	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	08/04	09/04	10/04	11/04	12/04
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 7h	– Leite – Biscoito caseiro	– Leite com cacau – Pão integral com melado	– Fruta	– Café com leite – Cuca rápida	– Café com leite – Pão integral com requeijão
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 9h20min	– Fruta	– Fruta	– Galinhada	– Fruta	– Fruta
<b>ALMOÇO</b> 11h30min	– Sopa de lentilha – Bolinho de legumes – Ovo cozido – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão carioca – Polenta – Frango com molho – Salada crua e cozida	x	– Arroz – Feijão preto – Batata doce – Carne suína com molho – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão carioca – Panqueca de frango – Salada crua e cozida
<b>LANCHE DA TARDE</b> 15h	– Bolo mesclado – Fruta	– Bolinho de peixe – Suco de laranja – Fruta	x	– Bolo de maçã com aveia – Fruta	– Pão de queijo – Fruta



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	ENERGIA (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
<b>6 A 10 ANOS</b>	1152,70 kcal	34g 12%	38g 29%	169g 59%	953,08mg
<b>11 A 15 ANOS</b>	1655,53 Kcal	48g 12%	53g 29%	246g 59%	1317,89mg

Obs: Cardápio sujeito a alterações.

### SEMANA 03

ABRIL/2024	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	15/04	16/04	17/04	18/04	19/04
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 7h	- Leite com cacau - Biscoito caseiro	- Café com leite - Pão integral	- Fruta	- Café com leite - Pão com requeijão	- Leite com cacau - Pão de cenoura com requeijão
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 9h20min	- Fruta	- Fruta	- Polenta com molho de frango	- Fruta	- Fruta
<b>ALMOÇO</b> 11h30min	- Arroz - Feijão carioca - Massa - Iscas de frango - Salada crua e cozida	- Arroz - Feijão preto - Torta de carne - Refogado de legumes - Salada crua e cozida	x	- Arroz - Lentilha com ovo - Fígado - Refogado de batata - Salada crua e cozida	- Arroz - Feijão carioca - Bife de rês - Refogado de legumes - Salada crua e cozida
<b>LANCHE DA TARDE</b> 15h	- Rosquinha - Suco de uva - Fruta	- Pizza de sardinha - Fruta	x	- Bolo de cacau - Fruta	- Bolinho de peixe - Suco de abacaxi - Fruta



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
**CARDÁPIO · ESCOLA PEDRO PRETTO**



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	ENERGIA (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
<b>6 A 10 ANOS</b>	1151,59kcal	37g 13%	37g 29%	169g 59%	951,35mg
<b>11 A 15 ANOS</b>	1656,90kcal	51g 12%	54g 29%	241g 58%	1412,55mg

Obs: Cardápio sujeito a alterações.

## SEMANA 04

ABRIL/2024	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	22/04	23/04	24/04	25/04	26/04
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 7h	- Leite com cacau - Biscoito caseiro	- Leite - Cereal matinal	- Fruta	- Chá - Cuca rápida	- Café com leite - Pão de cenoura
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 9h20min	- Fruta	- Fruta	- Aniversários	- Fruta	- Fruta
<b>ALMOÇO</b> 11h30min	- Arroz integral - Feijão preto - Polenta com molho de rês - Salada crua e cozida	- Arroz - Feijão carioca - Frango - Aipim - Salada crua e cozida	x	- Arroz - Lentilha - Almôndegas - Purê de batata - Salada crua e cozida	- Arroz integral - Feijão preto - Bife de frango - Moranga refogada - Salada crua e cozida
<b>LANCHE DA TARDE</b> 15h	- Sanduíche natural - Suco de abacaxi	- Pão de queijo - Frutas	x	- Wafler integral - Frutas	- Pipoca doce/salgada - Vitamina de banana - Fruta



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	ENERGIA (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
<b>6 A 10 ANOS</b>	1151,32kcal	36g 12%	34g 27%	175g 61%	988,85mg
<b>11 A 15 ANOS</b>	1655,68Kcal	48g 12%	50g 27%	254g 61%	1399,37mg

Obs: Cardápio sujeito a alterações.

## SEMANA 05

ABRIL/2024	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	29/04	30/04	01/05	02/05	03/05
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 7h	– Leite com cacau – Biscoito caseiro	– Café com leite – Cuca		– Leite puro – Pão com doce de fruta	– Chá – Biscoito caseiro
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 9h20min	– Fruta	– Fruta	<b>FERIADO</b>	– Fruta	– Fruta
<b>ALMOÇO</b> 11h30min	– Arroz colorido – Feijão carioca – Frango com molho – Massa caseira – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão preto – Bife de rês – Batata cozida – Salada crua e cozida		– Arroz – Lentilha – Lombo suíno – Batata doce – Salada crua e cozida	– Galinhada – Maionese – Salada crua e cozida
<b>LANCHE DA TARDE</b> 15h	– Rosquinha – Fruta	– Vitamina de banana – Biscoito salgado – Fruta		– Bolo de cenoura – Fruta	– Pastel de rês – Fruta



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
**CARDÁPIO · ESCOLA PEDRO PRETO**



CRN-2 9801

Nutricionista Franciele T. C. V. Kern

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	ENERGIA (Kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Na (mg)
<b>6 A 10 ANOS</b>	1150,19Kcal	38g 13%	39g 31%	162g 56%	936,09mg
<b>11 A 15 ANOS</b>	1656,58Kcal	54g 13%	53g 29%	241g 58%	1250,61mg

Obs: Cardápio sujeito a alterações.