

SEMANA 01

 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE C A R D Á P I O · ESCOLA PEDRO PRETTO  CRN-2 9801 Nutricionista Franciele T. C. V. Kern					
ABRIL / 2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	03/04	04/04	05/04	06/04	07/04
CAFÉ DA MANHÃ 7h	– Leite – Cereal matinal	– Leite com cacau – Pão de aipim com manteiga	– Fruta	– café com leite – Pão com doce de fruta	
LANCHE DA MANHÃ 9h20min	– Fruta	– Fruta	– Carreteiro	– Fruta	FERIADO
ALMOÇO 11h30min	– Arroz integral – Feijão carioca – Bife acebolado – Massa caseira – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão preto – Frango com molho – Purê de batata – Salada crua e cozida	x	– Arroz – Lentilha – Iscas de carnes com farofa – Aipim – Salada cozida	
LANCHE DA TARDE 15h	– Rosquinha – Fruta	– Vitamina de banana – Biscoito salgado com requeijão – Fruta	x	– Pizza de rês – Fruta	

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)
6 A 10 ANOS	1150,94kcal	34g 12%	38g 29%	169g 59%	792,33mg
11 A 15 ANOS	1658,90kcal	51g 12%	54g 29%	242g 58%	1300,82mg

SEMANA 02

 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE C A R D Á P I O · ESCOLA PEDRO PRETTO  CRN-2 9801 Nutricionista Franciele T. C. V. Kern					
ABRIL / 2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	10/04	11/04	12/04	13/04	14/04
CAFÉ DA MANHÃ 7h	– Leite – Biscoito caseiro	– Leite com cacau – Pão integral com melado	– Fruta	– Café com leite – Cuca rápida	– Café com leite – Pão integral com requeijão
LANCHE DA MANHÃ 9h20min	– Fruta	– Fruta	– Galinhada	– Fruta	– Fruta
ALMOÇO 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
LANCHE DA TARDE 15h	– Iogurte – Cereal – Fruta	– Bolo mesclado – Fruta	x	– Rosca – Suco de uva – Fruta	– Pão de queijo – Fruta

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)
6 A 10 ANOS	1152,70kcal	34g 12%	38g 29%	169g 59%	953,08mg
11 A 15 ANOS	1655,53kcal	48g 12%	53g 29%	246g 59%	1317,89mg

SEMANA 03

 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE C A R D Á P I O · ESCOLA PEDRO PRETTO  CRN-2 9801 Nutricionista Franciele T. C. V. Kern					
ABRIL / 2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	17/04	18/04	19/04	20/04	21/04
CAFÉ DA MANHÃ 7h	– Leite com cacau – Biscoito caseiro	– Café com leite – Pão integral	– Fruta	– Café com leite – Pão com requeijão	
LANCHE DA MANHÃ 9h20min	– Fruta	– Fruta	– Polenta com molho de frango	– Fruta	FERIADO
ALMOÇO 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	
LANCHE DA TARDE 15h	– Rosquinha – Suco de uva – Fruta	– Pizza de sardinha – Fruta	x	– Bolo integral de maçã – Fruta	

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)
6 A 10 ANOS	1151,23kcal	37g 13%	35g 28%	171g 60%	930,72mg
11 A 15 ANOS	1656,72kcal	51g 12%	52g 28%	246g 59%	1387,09mg

SEMANA 04

 SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE TRAVESSEIRO / RS PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE C A R D Á P I O · ESCOLA PEDRO PRETTO  CRN-2 9801 Nutricionista Franciele T. C. V. Kern					
ABRIL / 2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	24/04	25/04	26/04	27/04	28/04
CAFÉ DA MANHÃ 7h	– Leite com cacau – Biscoito caseiro	– Leite – Cereal matinal	– Fruta	– Chá – Cuca rápida	– Café com leite – Pão de cenoura
LANCHE DA MANHÃ 9h20min	– Fruta	– Fruta	– Carreteiro	– Fruta	– Fruta
ALMOÇO 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
LANCHE DA TARDE 15h	– Sanduíche natural – Suco de abacaxi	– Pão de queijo – Frutas	x	– Wafler integral – Frutas	– Pipoca doce/salgada – Vitamina de banana – Fruta

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)
6 A 10 ANOS	1151,32kcal	36g 12%	34g 27%	175g 61%	988,85mg
11 A 15 ANOS	1655,68kcal	48g 12%	50g 27%	254g 61%	1399,37mg