

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					
JUNHO / 2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	05/06	05/06	07/06	08/06	09/06
CAFÉ DA MANHÃ 7h	– Leite com cacau – Biscoito caseiro	– Café com leite – Pão de milho com melado	– Fruta		– Leite com cacau – Pão de cenoura
LANCHE DA MANHÃ 9h20min	– Fruta	– Fruta	– Galinhada		– Fruta
ALMOÇO 11h30min	– Arroz – Feijão preto – Molho de frango – Massa caseira – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão carioca – Guisado de rês – Purê de batata – Salada crua e cozida		FERIADO CORPUS CHRISTI	– Arroz – Lentilha – Frango – Batata doce – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 15h	– Bolo de cenoura – Fruta	– Rosquinha – Fruta			– Cuca rápida – 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	1152,31kcal	31g 11%	34g 27%	180g 62%	648,11mg
11 A 15 ANOS	1656,79kcal	42g 10%	49g 27%	262g 63%	859,16mg

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					
JUNHO / 2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	12/06	13/06	14/06	15/06	16/06
CAFÉ DA MANHÃ 7h	– Chá – Biscoito caseiro	– Leite com cacau – Pão integral com melado	– Fruta	– Café com leite – Pão de moranga com doce de fruta	– Chá – Cuca rápida
LANCHE DA MANHÃ 9h20min	– Fruta	– Fruta	– Polenta com molho de frango	– Fruta	– Fruta
ALMOÇO 11h30min	– Sopa de feijão – Bolinho de arroz – Ovo cozido – Salada crua e cozida	– Arroz integral – Feijão preto – Stroganoff de rês – Purê de batata – Salada crua e cozida		– Arroz – Feijão carioca – Carne de porco – Batata doce – Salada crua e cozida	– Galinhada – Aipim com farofa – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 15h	– Bolo de maçã – Fruta	– Iogurte – Cereal matinal – Fruta		– Pão de queijo – Fruta	– Pizza de frango – 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	1150,77kcal	36g 13%	36g 28%	170g 59%	703,01mg
11 A 15 ANOS	1658,01kcal	50g 12%	50g 27%	252g 61%	1006,60mg

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					
JUNHO / 2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	19/06	20/06	21/06	22/06	23/06
CAFÉ DA MANHÃ 7h	– Leite – Cereal matinal	– Leite com cacau – Pão integral com doce de fruta	– Fruta	– Café com leite – Pão com manteiga	– Chá – Biscoito salgado com requeijão
LANCHE DA MANHÃ 9h20min	– Fruta	– Fruta	– `Carreteiro	– Fruta	– Fruta
ALMOÇO 11h30min	– Arroz – Lentilha – Carne de panela – Aipim – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão preto – Frango – Batata refogada – Salada crua e cozida		– Arroz integral – Feijão carioca – Panqueca de rês – Salada crua e cozida	– Arroz – Feijão preto – Frango com molho – Polenta – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 15h	– Rosquinha – Fruta	– Pão com melado – Fruta		– Sanduíche natural – Fruta	– Pizza de sardinha – 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	1150,63kcal	31g 11%	36g 28%	175g 61%	892,31mg
11 A 15 ANOS	1656,86kcal	44g 11%	52g 28%	254g 61%	1257,08mg

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					
JUNHO / 2023	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
	26/06	27/06	28/06	29/06	30/06
CAFÉ DA MANHÃ 7h	– Café com leite – Biscoito caseiro	– Leite com cacau – Pão integral com manteiga	– Fruta	– Café com leite – Pão de aipim com melado	– Chá – Biscoito salgado com requeijão
LANCHE DA MANHÃ 9h20min	– Fruta	– Fruta	Aniversários	– Fruta	– Fruta
ALMOÇO 11h30min	– Arroz – Lentilha – Polenta – Guisado com molho – Salada crua e cozida	– Arroz colorido – Feijão carioca – Lombo suíno – Aipim com farofa – Salada crua e cozida		– Arroz – Feijão preto – Frango assado – Moranga com milho – Salada crua e cozida	– Sopa de feijão – Pastel de rês – Salada crua e cozida
LANCHE DA TARDE 15h	– Bolo mesclado – Fruta	– Rosca – Fruta		– Bolo de maçã – 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	1152,45kcal	36g 12%	36g 28%	173g 60%	833,02mg
11 A 15 ANOS	1658,24kcal	48g 12%	51g 28%	151g 61%	1106,03mg