



PREFEITURA MUNICIPAL DE FORQUILHINHA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE
Cardápio para Alimentação Escolar – Educação Básica - Junho de 2022

CARDÁPIO DE ALMOÇO ENSINO FUNDAMENTAL - EDUCAÇÃO INTEGRAL						
DIA			PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	BEBIDA	SALADA/FRUTA
SEMANA 1	01/jun	4ª	Carne moída	Arroz e feijão	-	Alface e agrião
	02/jun	5ª	Frango ensopado	Minestra	-	Repolho
	03/jun	6ª	Carreteiro	-	-	Cenoura cozida
	-	-	-	-	-	-
	06/jun	2ª	Macarrão com molho de frango	-	-	Beterraba cozida
	07/jun	3ª	Aipim com molho de carne moída	-	-	Cenoura ralada
SEMANA 2	08/jun	4ª	Frango ensopado	Arroz e feijão	-	Tomate
	09/jun	5ª	Carne suína refogada	Arroz e feijão	-	Couve-flor
	10/jun	6ª	Iscas refogadas	Arroz e feijão	-	Alface e tomate
	11/jun	-	-	-	-	-
	13/jun	2ª	Macarrão com molho de carne moída	-	-	Brócolis
	14/jun	3ª	Ovo cozido	Arroz e feijão	-	Repolho
SEMANA 3	15/jun	4ª	Coxa assada desfiada	Minestra	-	Couve-flor
	16/jun	5ª	FERIADO	-	-	-
	17/jun	6ª	RECESSO	-	-	-
	-	-	-	-	-	-
	20/jun	2ª	Arroz com ovo	Feijão	-	Tomate
	21/jun	3ª	Frango ensopado	Minestra	-	Repolho
SEMANA 4	22/jun	4ª	Risoto de frango	-	-	Alface e tomate
	23/jun	5ª	Aipim com molho de carne moída	Arroz	-	Cenoura ralada
	24/jun	6ª	Iscas refogadas	Arroz e feijão	-	Repolho
	-	-	-	-	-	-
	27/jun	2ª	Ovo cozido	Arroz e feijão	-	Tomate
	28/jun	3ª	Carne moída	Arroz e feijão	-	Cenoura ralada
SEMANA 5	29/jun	4ª	Carreteiro	-	-	Brócolis
	30/jun	5ª	Risoto de carne suína	-	-	Alface e agrião
	01/jul	6ª	Carne moída	Minestra de macarrão	-	Couve-flor
	-	-	-	-	-	-
	04/jul	2ª	Frango ensopado	Arroz e feijão	-	Beterraba cozida
	05/jul	3ª	Ovo cozido	Minestra	-	Repolho

CARDÁPIO DE LANCHE ENSINO FUNDAMENTAL - EDUCAÇÃO INTEGRAL						
DIA			PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	BEBIDA	SALADA/FRUTA
SEMANA 1	01/jun	4ª	Sanduíche de ovos mexidos, alface e tomate	-	Suco polpa de abacaxi	Banana
	02/jun	5ª	Bolo de milho	-	Bebida láctea	Maçã
	03/jun	6ª	Bolo de cenoura	-	Leite com café	Mamão
	-	-	-	-	-	-
	06/jun	2ª	Biscoito maisena	-	Suco de uva	Maçã
	07/jun	3ª	Pão caseiro com margarina	-	Suco polpa de laranja	Melão
SEMANA 2	08/jun	4ª	Pão de cachorro-quente com doce de frutas	-	Suco polpa de morango	Laranja
	09/jun	5ª	Bolo de banana com aveia	-	Leite com café	Mamão
	10/jun	6ª	Bolo de milho	-	Leite com achocolatado	Banana
	11/jun	-	-	-	-	-
	13/jun	2ª	Biscoito Maria	-	Suco de uva	Maçã
	14/jun	3ª	Pão caseiro com doce de frutas	-	Suco polpa de abacaxi	Laranja
SEMANA 3	15/jun	4ª	Pão de cachorro-quente com molho de frango	-	Suco polpa de laranja	Banana
	16/jun	5ª	FERIADO	-	-	-
	17/jun	6ª	RECESSO	-	-	-
	-	-	-	-	-	-
	20/jun	2ª	Biscoito Maria	-	Leite com café	Melão
	21/jun	3ª	Bolo de cenoura	-	Suco polpa de morango	Maçã
SEMANA 4	22/jun	4ª	Sanduíche com queijo, alface e tomate	-	Suco de uva	Laranja
	23/jun	5ª	Sopa de legumes com frango e macarrão cabelo de anjo	-	-	Banana
	24/jun	6ª	Bolo simples	-	Suco polpa de abacaxi	Mamão
	-	-	-	-	-	-
	27/jun	2ª	Biscoito maisena	-	Leite com café	Laranja
	28/jun	3ª	Pão caseiro com margarina	-	Leite com achocolatado	Banana
SEMANA 5	29/jun	4ª	Pão de cachorro-quente com doce de frutas	-	Suco polpa de abacaxi	Maçã
	30/jun	5ª	Bolo de banana com aveia	-	Leite com café	Mamão
	01/jul	6ª	Bolo de cenoura	-	Bebida láctea	Banana
	-	-	-	-	-	-
	04/jul	2ª	Biscoito Maria	-	Leite com café	Laranja
	05/jul	3ª	Pão caseiro com doce de frutas	-	Suco de maçã	Melão

Daniela Hobold
Nutricionista Responsável - CRN10 1578