



PREFEITURA MUNICIPAL DE FORQUILHINHA  
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO  
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

**Cardápio para Alimentação Escolar – Educação Básica - julho de 2022**

6 A 10 ANOS															
	DIA		PRATO PRINCIPAL						GUARNIÇÃO			BEBIDA		SALADA/FRUTA	
SEMANA 1	06/jul	4ª	Pão de cachorro-quente com doce de frutas						-			Leite com café		Banana	
	07/jul	5ª	Carne moída						Arroz e feijão			-		Beterraba cozida	
	08/jul	6ª	Macarrão com molho de frango						-			-		Repolho e cenoura picados	
	11/jul	2ª	Biscoito salgado						-			Suco de uva		Maçã	
	12/jul	3ª	Ovo cozido						Minestra			-		Repolho	
SEMANA 2	13/jul	4ª	Sanduíche de ovos mexidos, alface e tomate						-			Suco polpa de laranja		Banana	
	14/jul	5ª	Frango ensopado						Arroz e feijão			-		Tomate	
	15/jul	6ª	Bolo de amendoim						-			Leite com café		Maçã	
	18/jul	2ª	Arroz com ovo						-			-		Beterraba e cenoura cozidas	
	19/jul	3ª	Bolo de milho						Pipoca salgada			Quentão sem álcool / Suco de uva		Bergamota	
SEMANA 3	20/jul	4ª	Pão com molho de carne moída						Pipoca salgada			Quentão sem álcool / Suco de uva		Banana	
	21/jul	5ª	TRABALHO COM O PROFESSOR						-			-		-	
	22/jul	6ª	TRABALHO COM O PROFESSOR						-			-		-	
	25/jul	2ª	RECESSO						-			-		-	
	26/jul	3ª	RECESSO						-			-		-	
SEMANA 4	27/jul	4ª	RECESSO						-			-		-	
	28/jul	5ª	RECESSO						-			-		-	
	29/jul	6ª	RECESSO						-			-		-	
Informação nutricional (média diária)			Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Fibras (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Daniela Hobold	
			319	52	12,3	7,4	4,9	86	7,0	79	1,5	43	1,7	Nutricionista Responsável - CBN10.1578	

Daniela Hobold  
Nutricionista Responsável - CRN10 1578