PREFEITURA MUNICIPAL DE FORQUILHINHA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

Cardápio para Alimentação Escolar – Educação Básica - Setembro de 2022

	CARDÁPIO DE ALMOÇO ENSINO FUNDAMENTAL - EDUCAÇÃO INTEGRAL					
	DIA		PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	BEBIDA	SALADA/FRUTA
SEMANA 1	31/ago	4ª	Frango ensopado	Arroz e feijão	-	Cenoura cozida
	01/set	5ª	Ovos mexidos com espinafre	Minestra	-	Couve picada
	02/set	6ª	Carne moída	Arroz e feijão	-	Alface e tomate
	-	-	-	-	-	-
	05/set	2ª	Risoto de frango	-	-	Repolho
	06/set	3ª	Macarrão com molho de carne moída	-	-	Alface e agrião
SEMANA 2	07/set	4ª	FERIADO	-	-	-
	08/set	5ª	Frango ensopado	Arroz	-	Beterraba ralada
	09/set	6ª	Carne suína refogada	Arroz e feijão	-	Cenoura ralada
	10/mai	-	-	-	-	-
	12/set	2ª	Aipim com molho de frango	Arroz	-	Brócolis
	13/set	3ª	Carreteiro	-	-	Moranga refogada
SEMANA 3	14/set	4ª	Coxa assada desfiada	Arroz e feijão	-	Tomate
	15/set	5ª	Minestra com queijo	-	-	Repolho
	16/set	6ª	Carne moída	Arroz e feijão	-	Beterraba cozida
	-	-	-	-	-	-
	19/set	2ª	Risoto de frango	-	-	Cenoura ralada
	20/set	3ª	Ovos mexidos com espinafre	Minestra	-	Couve picada
SEMANA 4	21/set	4ª	Macarrão com molho de carne moída	-	-	Repolho e cenoura picados
	22/set	5ª	Iscas refogadas	Arroz e feijão	-	Moranga refogada
	23/set	6ª	Aipim com molho de frango	Arroz	-	Brócolis
	-	-	-	-	-	-
	26/set	2ª	Risoto de frango	-	-	Repolho
	27/set	3ª	Sopa de legumes com frango e macarrão cabelo de anjo	-	-	Maçã
SEMANA 5	28/set	4ª	Carne suína refogada	Arroz e feijão	-	Tomate
	29/set	5ª	Carne moída	Arroz e feijão	-	Alface e agrião
	30/set	6ª	Frango ensopado	Arroz e feijão	-	Couve picada
	-	-	-	-	-	-
	03/out	2ª	Aipim com molho de carne moída	Arroz	-	Repolho
	04/out	3ª	Macarrão com molho de frango	-	-	Cenoura cozida

	CARDÁPIO DE LANCHE ENSINO FUNDAMENTAL - EDUCAÇÃO INTEGRAL					
	DIA		PRATO PRINCIPAL	GUARNIÇÃO	BEBIDA	SALADA/FRUTA
SEMANA 1	31/ago	4ª	Pão de cachorro-quente com doce de frutas	-	**Suco de maracujá**	Banana
	01/set	5ª	Pão caseiro com manteiga	-	Suco polpa de laranja	Melão
	02/set	6ª	Bolo de amendoim	-	Leite com café	Maçã
	-	-	-	-	-	-
	05/set	2ª	Biscoito Maria	-	Suco de uva	Laranja
	06/set	3ª	Bolo de banana com aveia	-	Leite com achocolatado	Maçã
SEMANA 2	07/set	4ª	FERIADO	-	-	-
	08/set	5ª	Biscoito Maria	-	Suco de uva	Banana
	09/set	6ª	Pão caseiro com doce de frutas	-	Suco de maracujá	Mamão
	11/mai	-	-	-	-	-
	12/set	2ª	Biscoito salgado	-	Suco de uva	Maçã
	13/set	3ª	Bolo de milho	-	Leite com café	Laranja
SEMANA 3	14/set	4ª	Pão de cachorro-quente com manteiga	-	Suco de maracujá	Banana
	15/set	5ª	Bolo de cenoura	-	Leite com achocolatado	Mamão
	16/set	6ª	Waffle	-	Leite com café	Maçã
	-	-	-	-	-	-
	19/set	2ª	Biscoito salgado	-	Suco de uva	Laranja
	20/set	3ª	Pão caseiro com manteiga	-	Leite com café	Maçã
SEMANA 4	21/set	4ª	Sanduíche com queijo, alface e tomate	-	Suco polpa de abacaxi	Maçã
	22/set	5ª	Bolo de banana com aveia	-	Leite com café	Laranja
	23/set	6ª	Waffle	-	Suco de maracujá	Banana
	-	-	-	-	-	-
	26/set	2ª	Biscoito maisena	-	Suco de uva	Laranja
	27/set	3ª	Bolo de milho	-	Leite com café	Maçã
SEMANA 5	28/set	4ª	Pão de cachorro-quente com ovo	-	Suco de maracujá	Banana
	29/set	5ª	Bolo de banana com aveia	-	Leite com café	Maçã
	30/set	6ª	Bolo de cenoura	-	Bebida láctea	Laranja
	-	-	-	-	-	-
	03/out	2ª	Biscoito Maria	-	Leite com café	Maçã
	04/out	3ª	Bolo de cenoura	-	Suco de uva	Laranja

Daniela Hobold

Nutricionista Responsável - CRN10 1578