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

Cardápio para Alimentação Escolar – Educação Básica - Setembro de 2022

Idade: 4 a 5 anos

	DIA		Turma	LANCHE		
SEMANA 1	31/ago	4ª	Pré M	Iscas refogadas	Arroz e feijão	Alface
			Pré V	Cachorro-quente vegano	Suco de laranja	Frutas
	01/set	5ª	Pré M	Pão caseiro com manteiga	Suco da Barbie	Frutas
			Pré V	Sopa de legumes com frango e macarrão cabelo de anjo	-	Frutas
	02/set	6ª	Pré M	Carne moída	Arroz e feijão	Cenoura ralada
			Pré V	Carne moída	Purê de batatas	Cenoura ralada
	-	-	-	-	-	-
	05/set	2ª	Pré M	Risoto de frango	Batata cozida	Repolho
			Pré V	Ovo cozido	Minestra	Frutas
	06/set	3ª	Pré M	Bolo de banana zero açúcar	Suco de laranja	Frutas
			Pré V	Torta salgada	Suco de uva	Frutas
SEMANA 2	07/set	4ª	Pré M	FERIADO	-	-
	08/set	5ª	Pré M	Carne moída	Polenta	Couve picada
			Pré V	Minestra de macarrão	-	Tomate
	09/set	6ª	Pré M	Iscas refogadas	Macarrão	Couve-flor
			Pré V	Sopa de aipim e legumes com carne moída	-	Frutas
	-	-	-	-	-	-
	12/set	2ª	Pré M	Carne moída	Aipim	Repolho
			Pré V	Ovo cozido	Arroz e feijão	Frutas
	13/set	3ª	Pré M	Pão caseiro com doce de frutas zero açúcar	Suco de uva	Frutas
			Pré V	Lasanha de polenta	Suco de maçã	Frutas
SEMANA 3	14/set	4ª	Pré M	Pão de cachorro-quente com requeijão vegetal	Suco de laranja	Frutas
			Pré V	Cachorro-quente vegano	Suco de laranja	Frutas
	15/set	5ª	Pré M	Coxa assada desfiada	Arroz e feijão	Couve picada
			Pré V	Arroz com leite	-	Frutas
	16/set	6ª	Pré M	Bolo de banana zero açúcar	Leite com achocolatado	Frutas
			Pré V	Torta salgada	Suco de laranja	Frutas
	-	-	-	-	-	-
	19/set	2ª	Pré M	Risoto de frango	Batata cozida	Moranga refogada
			Pré V	Minestra de macarrão	-	Tomate
	20/set	3ª	Pré M	Iscas refogadas	Pirão de feijão	Beterraba cozida
			Pré V	Arroz com ovo	-	Frutas
SEMANA 4	21/set	4ª	Pré M	Pão de cachorro-quente com manteiga	Suco de laranja	Frutas
			Pré V	Pão de cachorro-quente com manteiga	Suco de laranja	Frutas
	22/set	5ª	Pré M	Carne moída	Macarrão	Cenoura cozida
			Pré V	Torta salgada	Suco de laranja	Frutas
	23/set	6ª	Pré M	Ovo cozido	Arroz e feijão	Repolho
			Pré V	Carreteiro	-	Couve-flor
	-	-	-	-	-	-
	26/set	2ª	Pré M	Carne moída	Arroz e feijão	Couve-flor
			Pré V	Frango ensopado	Minestra	-
	27/set	3ª	Pré M	Bolo de maçã zero açúcar	Leite com achocolatado	Frutas
			Pré V	Polenta com leite	-	Frutas
SEMANA 5	28/set	4ª	Pré M	Iscas refogadas	Arroz e feijão	Alface
			Pré V	Cachorro-quente vegano	Suco de laranja	Frutas
	29/set	5ª	Pré M	Pão caseiro com manteiga	Suco da Barbie	Frutas
			Pré V	Sopa de legumes com frango e macarrão cabelo de anjo	-	Frutas
	30/set	6ª	Pré M	Carne moída	Arroz e feijão	Cenoura ralada
			Pré V	Carne moída	Purê de batatas	Cenoura ralada
	-	-	-	-	-	-
	03/out	2ª	Pré M	Risoto de frango	Batata cozida	Repolho
			Pré V	Ovo cozido	Minestra	Repolho
	04/out	3ª	Pré M	Bolo de banana zero açúcar	Suco de laranja	Frutas
			Pré V	Polenta com leite	Suco de uva	Frutas

Tamiris de Aguiar Benfato
Nutricionista Responsável - CRN10 3501