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

## *Cardápio para Alimentação Escolar – Educação Básica - Outubro de 2023*

### *Idade: 4 a 5 anos*

| | DIA | | Turma | LANCHE | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| SEMANA 1 | 04/out | 4ª | Pré M | Suco do Hulk | Pão de sanduíche com queijo | Frutas |
| | | | Pré V | Pão de cachorro-quente com molho de frango | Suco de uva | Frutas |
| | 05/out | 5ª | Pré M | Carne moída | Arroz e feijão | Couve picada |
| | | | Pré V | Ovos mexidos com espinafre | Minestra | - |
| | 06/out | 6ª | Pré M | Iscas refogadas | Arroz e feijão | Cenoura ralada |
| | | | Pré V | Arroz com leite | - | - |
| | | | | - | - | - |
| | 09/out | 2ª | Pré M | Ovos rancheiros | Arroz | Barra de banana |
| | | | Pré V | Cachorro-quente vegano | Suco de laranja | Frutas |
| | 10/out | 3ª | Pré M | Vitamina de banana | Pão caseiro com doce de frutas | Petit suisse de morango |
| | | | Pré V | Torta salgada | Suco de maçã | Frutas |
| SEMANA 2 | 11/out | 4ª | Pré M | Iscas refogadas com batatas | Arroz e feijão | Alface |
| | | | Pré V | Sopa de legumes com frango e macarrão cabelo de anjo | Salada de frutas com iogurte natural e aveia | - |
| | 12/out | 5ª | Pré M | FERIADO | - | - |
| | 13/out | 6ª | Pré M | RECESSO | - | - |
| | | | | - | - | - |
| | 16/out | 2ª | Pré M | Risoto de frango | - | Chuchu e beterraba ralada |
| | | | Pré V | Ovo cozido | Minestra | Frutas |
| | 17/out | 3ª | Pré M | Iscas refogadas | Arroz e feijão | Repolho |
| | | | Pré V | CANJA (ARROZ, BATATA, CENOURA E FRANGO) | - | Frutas |
| SEMANA 3 | 18/out | 4ª | Pré M | Pão de cachorro-quente com nata | Suco de laranja | Frutas |
| | | | Pré V | Macarrão com carne moída | - | Frutas |
| | 19/out | 5ª | Pré M | Coxa assada desfiada | Arroz e feijão | Couve picada |
| | | | Pré V | Minestra | - | Frutas |
| | 20/out | 6ª | Pré M | Pão caseiro doce de frutas | Leite com achocolatado | Frutas |
| | | | Pré V | Carreteiro | - | Frutas |
| | | | | - | - | - |
| | 23/out | 2ª | Pré M | Carne moída | Polenta | Repolho |
| | | | Pré V | Ovo cozido | Arroz e feijão | Frutas |

| | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|
| | 24/out | 3ª | Pré M | Frango ensopado | Arroz e feijão | Cenoura ralada |
| | | | Pré V | Arroz com leite | - | Frutas |
| SEMANA 4 | 25/out | 4ª | Pré M | Pão de cachorro-quente com nata | Suco de laranja | Frutas |
| | | | Pré V | Minestra | - | Frutas |
| | 26/out | 5ª | Pré M | Risoto de frango | - | Cenoura cozida |
| | | | Pré V | Sopa de aipim e legumes com carne moída | - | Frutas |
| | 27/out | 6ª | Pré M | Vitamina de banana | Bolo de banana | - |
| | | | Pré V | Vitamina de banana | Bolo de banana | - |
| | | | | - | - | - |
| | 30/out | 2ª | Pré M | Ovos rancheiros | Arroz / batata | Repolho |
| | | | Pré V | Minestra de macarrão | - | - |
| | 31/out | 3ª | Pré M | Carne moída | Arroz / pirão de feijão | Tomate |
| | | | Pré V | Sopa de legumes com frango e macarrão cabelo de anjo | - | Frutas |

Daniela Hobold

Nutricionista Responsável - CRN10 1578