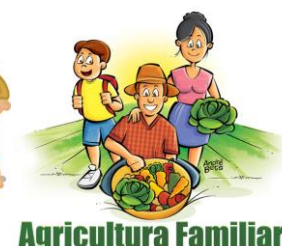




PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO LIDIANÓPOLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



ESCOLA MUNICIPAL DO CAMPO ERCÍLIA CAMARGO COELHO

**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL:
ALUNOS ENSINO PARCIAL (1º a 5º ANO) (06 – 11 ANOS)**

MARÇO – 2024

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 04/03/2024	3ª FEIRA – 05/03/2024	4ª FEIRA – 06/03/2024	5ª FEIRA – 07/03/2024	6ª FEIRA – 08/03/2024
--------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Jantar 15:00H	MACARRONADA/ CARNE MOÍDA/ SAL. REPOLHO E PEPINO/ SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ/ FEIJÃO COXA E SOBRECOXA ASSADA SAL. DE ALFACE E TOMATE SOBREMESA: LARANJA	ARROZ/ FEIJÃO/ FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO / SAL. COUVE E CENOURA SOBREMESA: BANANA	ARROZ/ FEIJÃO PRETO/ PERNIL ASSADO COM BATATA DOCE/ SAL. ABÓBORA E BETERRABA SOBREMESA: MAÇÃ	TORTA DE LEGUMES CARNE MOÍDA E QUEIJO (cenoura, abobrinha, tomate, milho e ervilha)/ SUCO DE UVA INTEGRAL SOBREMESA: MAMÃO
----------------------	---	---	---	---	---

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal Tarde	356,25	43,02	9,56	13,57

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 11/03/2024	3ª FEIRA – 12/03/2024	4ª FEIRA – 13/03/2024	5ª FEIRA – 14/03/2024	6ª FEIRA – 15/03/2024
--------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------	-----------------------

Jantar 15:00H	ARROZ/ FEIJÃO/ OMELETE ASSADO COM TOMATE E CENOURA/ SAL. PEPINO E REPOLHO SOBREMESA: MELÃO	ARROZ/ FEIJÃO/ FILÉ DE FRANGO REFOGADO/ SAL. ABOBRINHA E BETERRABA/ SOBREMESA: BANANA	ARROZ/ FEIJÃO/ CARNE MOÍDA/ BOLINHO DE ABÓBORA COM AVEIA E QUEIJO/ SAL. TOMATE E COUVE SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ/ PURÊ DE BATATA/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADO/ SAL. CENOURA E BRÓCOLIS SOBREMESA: ABACAXI PÉROLA	PÃO FATIADO COM QUEIJO, TOMATE E ORÉGANO (Pizza de pão) SUCO NATURAL DE ACEROLA SOBREMESA: LARANJA
----------------------	---	--	---	---	---

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal Tarde	353,69	43,55	10,54	13,02

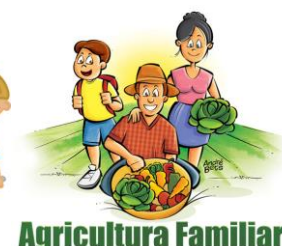
*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR



Cátia Cibele Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO LIDIANÓPOLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



ESCOLA MUNICIPAL DO CAMPO ERCÍLIA CAMARGO COELHO

**CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL:
ALUNOS ENSINO PARCIAL (1º a 5º ANO) (06 – 11 ANOS)**

MARÇO – 2024

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 18/03/2024	3ª FEIRA – 19/03/2024	4ª FEIRA – 20/03/2024	5ª FEIRA – 21/03/2024	6ª FEIRA – 22/03/2024										
Jantar 15:00H	ARROZ/CANJIQUINHA/ CARNE MOÍDA/ SAL. ALAFCE E TOMATE / SOBREMESA: UVA	ARROZ/ FEIJÃO /MÚSCULO COZIDO COM BATATA/ SAL. COUVE E CENOURA/ SOBREMESA: BANANA	ARROZ/ FEIJÃO/ FAROFA COM OVO (Farinha de milho e ovo)/ BOLINHO DE CARNE COM AVEIA /SAL. PEPINO E TOMATE/ SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECOXA ASSADA / SAL. BRÓCOLIS E VAGEM/ SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ/ PANQUECA COLORIDA COM CARNE MOÍDA/ SAL. REPOLHO E PEPINO/ SOBREMESA: MELANCIA										
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Composição Nutricional</th> <th>Energia (Kcal)</th> <th>Carb (g)</th> <th>G.Total (g)</th> <th>Prot(g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Média Semanal Tarde</td> <td>355,28</td> <td>42,87</td> <td>10,02</td> <td>12,69</td> </tr> </tbody> </table>					Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Média Semanal Tarde	355,28	42,87	10,02	12,69
Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)											
Média Semanal Tarde	355,28	42,87	10,02	12,69											
Refeição e Horário	2ª FEIRA – 25/03/2024	3ª FEIRA – 26/03/2024	4ª FEIRA – 27/03/2024	5ª FEIRA – 28/03/2024	6ª FEIRA – 29/03/2024										
Jantar 15:00H	ARROZ/FEIJÃO/OVO MEXIDO/ SAL. COUVE E PEPINO SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ/LENTILHA/ PERNIL ASSADO/ SAL. TOMATE E VAGEM SOBREMESA: LARANJA	PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA E TOMATE/ SUCO DE UVA INTEGRAL CUPCAKE DE CACAU COM COBERTURA DE LEITE EM PÓ SOBREMESA: MAÇÃ	RECESSO	FERIADO										
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Composição Nutricional</th> <th>Energia (Kcal)</th> <th>Carb (g)</th> <th>G.Total (g)</th> <th>Prot (g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Média Semanal Tarde</td> <td>354,96</td> <td>51,86</td> <td>11,07</td> <td>13,25</td> </tr> </tbody> </table>					Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot (g)	Média Semanal Tarde	354,96	51,86	11,07	13,25
Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot (g)											
Média Semanal Tarde	354,96	51,86	11,07	13,25											

*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR



Cátia Cibeles Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920



ORIENTAÇÕES GERAIS

- Oferecer salada todos os dias, caso necessário, organizar conforme disponibilidade de entrega da agricultura familiar;
 - Colocar no prato de todas as crianças a salada para estimular o consumo;
- Os alunos alérgicos ou intolerantes terão o cardápio adaptado, ex. alérgicos a ovo: ofertar as preparações do dia e nas receitas retirar os ovos; alérgicos ou intolerantes ao leite: oferecer leite sem lactose ou de soja (conforme disponível) e retirar o leite ou queijo das preparações (consultar lista de alérgicos).
- OFERECER OS ALIMENTOS PORCIONADOS AOS ESTUDANTES A FIM DE EVITAR DESPERDÍCIOS;
 - OFERTAR A REPETIÇÃO SEMPRE QUE SOLICITADO PELOS ALUNOS.

*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR

