



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO FLORIANO PEIXOTO/RS

PROGRAMA NACIONAL ESCOLAR- PNAE

ESCOLA MUNICIPAL E. FUNDAMENTAL FLORIANO PEIXOTO

CARDÁPIO: 6-10 ANOS 1º ao 4º ANO ZONA: URBANA PERÍODO: PARCIAL 20% DAS NECESSIDADES DIÁRIAS

Semana 06 á 10-04 e 20 á 24-04

Dia	Café da manhã	Lanche	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
Segunda	-	-	Carreteiro com legumes e queijo	Banana	-
Terça	-	-	Feijão preto com arroz branco e carne suína assada com salada de tomate sem semente	Bolo salgado de legumes (tomate, cenoura, brócolis, queijo) + maçã	-
Quarta	-	-	Sopa de feijão com legumes e massa + batata doce assada e galeto assado sem pele	Pão com creme de ricota + chá gelado de frutas	-
Quinta	-	-	Polenta com molho de tomate e carne moída + repolho e beterraba	Batata doce assada + banana	-
Sexta	-	-	Lentilha com arroz + peito de frango assado ou refogado com legumes	Bergamota e melão	-

20% Das Necessidades Diárias (6-10 anos)					
Composição Nutricional	Energia (kcal) 6-10 anos	CHO% (g) 55-65%VET	PTN % (g) 10-15%VET	Lip % (g) 15-30% VET	
Recomendação	329 kcal	45-53g	8-12g	9-13g	
Média Semanal	326,5 kcal	61,46%-50,55g	15,38%-10,2g	25,5%-9,9g	
Atendendo	99,24%	94,55%	102,53%	85%	
Recomendação Nutricional	Vit. A (mcg)	Vit C. (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)
	-	-	-	-	600mg
Média semanal					580mg
Atendendo					



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO FLORIANO PEIXOTO/RS

PROGRAMA NACIONAL ESCOLAR- PNAE

ESCOLA MUNICIPAL E. FUNDAMENTAL FLORIANO PEIXOTO

CARDÁPIO:10 ANOS 5ºANO ZONA:URBANA PERÍODO:INTEGRAL 70% DAS NECESSIDADES DIÁRIAS

Semana 06 á 10-04 e 20 á 24-04

Dia	Café da manhã	Lanche	Almoço	Lanche da tarde	Jantar
Segunda	Leite gelado com café descafeinado +Cuca caseira	Manga	Carreteiro com legumes e queijo	Banana	Sopa de legumes com massa fina
Terça	Pão com geleia caseira + café descafeinado com leite	Melão tipo doce	Feijão preto com arroz branco e carne suína assada com salada de tomate sem semente	Maçã	Bolo salgado de legumes (tomate, cenoura, brócolis, queijo)
Quarta	-	-	Sopa de feijão com legumes e massa + batata doce assada e galeto assado sem pele	Laranja	-
Quinta	Batata doce assada + pão com creme de ricota + suco de laranja	Maçã	Polenta com molho de tomate e carne moída + repolho e beterraba	Banana	Polenta recheada (molho de tomate, queijo, e legumes) + ovo cozido
Sexta		-	Lentilha com arroz + peito de frango assado ou refogado com legumes	Melão tipo doce	

70% Das Necessidades Diárias (10 anos)					
Composição Nutricional	Energia (kcal) 10 anos	CHO% (g) 55-65%VET	PTN % (g) 10-15%VET	Lip % (g) 25-30% VET	
Recomendação	1150 kcal	158-187g	29-43g	32-45g	
Média Semanal	1140,9 kcal	60,38%-160,56g	15,98%- 42,6g	25,95% -32,6g	
Atendendo	99,20%	92,89%	106,53%	86,5%	
Recomendação Nutricional	Vit. A (mcg)	Vit C. (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Sódio (mg)
	-	-	-	-	1400 mg
Média semanal					1187,6mg
Atendendo					84,82%