

CARDÁPIO ESCOLAR ED. INFANTIL | Prefeitura Municipal de Muitos Capões
Secretaria Municipal de Educação e Cultura Setor de Alimentação e Nutrição Escolar - SANE E.M.E.F. Gina Guagnini
RESPONSÁVEL TÉCNICA: NUT. Thais Pontel de Almeida CRN2 - 17569D
EQUIPE EXECUTORA: Daiane Baldes

Objetivo do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE): Contribuir para o crescimento e o desenvolvimento biopsicossocial, a aprendizagem, o rendimento escolar e à formação de práticas alimentares saudáveis dos alunos (as), por meio de ações de educação alimentar e nutricional e da oferta de refeições que cubram as suas necessidades nutricionais durante o período letivo. Este cardápio pode ser alterado a qualquer momento pela nutricionista responsável técnica, conforme houver necessidade.

MÊS: AGOSTO

DATA: 01/08/26 ATÉ 31/08/26

SEMANA 1

DATA: 03/08/26 a 07/08/26

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)							
Energia (Kcal):	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
933,91	140	31	29	262,89	40,49	371,30	7,25

SEMANA 2

DATA: 10/08/26 a 14/08/26

	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ - JANTA
	08:00h	10:00h	14:00h	16:00h
SEG 10/08	Café com leite + biscoito salgado	Maçã Arroz, feijão carioca, ovos mexidos, moranga refogada Salada de tomate picadinho	Bergamota	Arroz, feijão carioca, ovos mexidos, moranga refogada Salada de tomate picadinho
TER 11/08	Café com leite + pão refinado com requeijão	Banana Arroz, feijão, polenta com molho de carne moída salada de couve flor e repolho	Mamão	Polenta com molho de carne moída salada de couve flor e repolho
QUA 12/08	Café com leite + pão com manteiga	Bergamota Arroz, feijão, massa tricolore com molho de frango desfiado Salada de alface	Manga	Macarrão com molho de frango desfiado Salada de alface
QUI 13/08	Café com leite + pão com ovos mexidos	Maçã Arroz, feijão, carne de panela em cubinhos ao molho, purê de batata Salada de brócolis e beterraba	Banana	Pão de queijo + café com leite
SEX 14/08	Café com leite + pão refinado com nata	Banana Arroz, feijão, carne moída refogada com ovos picadinhos Salada de cenoura	Maçã	Pastel assado de carne moída Café com leite

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal):	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
927,63	137	30	30	208,71	48,31	330,03	11,95





SEMANA 3

DATA: 17/08/26 a 21/08/26



	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ - JANTA
	08:00h	10:00h	14:00h	16:00h
SEG 17/08	Café com leite Pão refinado com nata	Maçã Arroz, feijão Quirera com carne de porco Salada de alface e tomate picadinhos	Bergamota	Sopa de frango com capeletti e legumes
TER 18/08	Café com leite Pão caseiro com manteiga	Banana Arroz, feijão carioca Carne de panela ao molho, aipim refogado com temperinhos Salada de beterraba	Manga	Pão de queijo + café com leite
QUA 19/08	Café com leite + bolacha salgada + banana	Maçã Arroz colorido com frango desfiado, milho, ervilha e cenoura ralada + feijão Salada de chuchu	Mamão	Bolo de banana com aveia + bebida láctea
QUI 20/08	Café com leite Pão caseiro requeijão	Bergamota Arroz, feijão Lasanha com carne moída Salada de tomate e alface picadinhos	Melão	Pastel de carne moída + Suco de uva
SEX 21/08	-	-	-	-

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal):	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
930,09	141	34,25	27	254,61	60,74	393,80	6,27





SEMANA 4

DATA: 24/08/26 a 28/08/26



	CAFÉ DA MANHÃ	LANCHE DA MANHÃ	LANCHE DA TARDE	PRÉ - JANTA
	08:00h	10:00h	14:00h	16:00h
SEG 24/08	Café com leite Pão com manteiga	Bergamota Arroz, Feijão Strogonoff de frango, purê de batata Salada de alface e tomate	Banana	Sanduíche de frango com legumes Suco de uva
TER 25/08	Café com leite Pão com doce de frutas sem açúcar	Maçã Arroz, Feijão Polenta com molho de carne moída Salada de chuchu e cenoura	Mamão	Sopa de feijão com carne moída, massa e legumes (moranga, chuchu, batata e cenoura)
QUA 26/08	Café com leite Pão com requeijão	Banana Arroz, Feijão Frango assado com batata doce Salada de couve flor	Maçã	Cuca com nata + achocolatado
QUI 27/08	Café com leite Pão com nata	Bergamota Arroz, Feijão, Panqueca de carne moída Salada de tomate e repolho	Melão	Panqueca de carne moída Salada de tomate e repolho
SEX 28/08	Café com leite Pão com manteiga	Maçã Arroz, Feijão, Isclas de fígado cebollada, moranga refogada com temperinhos Salada de brócolis e beterraba	Manga	Sopa de frango com capeletti e legumes

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)

Energia (Kcal):	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
930,52	140	33	28	411,48	50,66	377,43	7,50

