


DEPARTAMENTO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ARAPUÃ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
ENSINO FUNDAMENTAL I (6- 10 ANOS)

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 03/04	TERÇA-FEIRA 04/04	QUARTA-FEIRA 05/04	QUINTA-FEIRA 06/04	SEXTA-FEIRA 07/04
LANCHE TARDE - 14:45	Macarrão com carne moída e salada de repolho	Arroz, feijão, carne suína, salada de alface	Arroz, polenta, carne bovina ao molho e salada de alface Fruta	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada, maionese e salada de alface Fruta	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (G)	PTN (G)	LPD (G)
		379,11	64 g 60%	18 g 19%	10 g 21%


HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 10/04	TERÇA-FEIRA 11/04	QUARTA-FEIRA 12/04	QUINTA-FEIRA 13/04	SEXTA-FEIRA 14/04
LANCHE TARDE - 14:45	Macarrão com carne moída e salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, empanado de peixe assado e salada de repolho	Arroz, feijão, carne bovina ao molho com batata e salada de alface Fruta	Arroz, quixerinha com carne suína e salada de alface Fruta	Torta de frango (frango, milho, ervilha e cenoura) Suco Fruta
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (G)	PTN (G)	LPD (G)
		403,42	57 g 60%	14 g 16%	09 g 24%

*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

**As frutas serão mandadas conforme a safra e a disponibilidade dos agricultores.



DEPARTAMENTO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ARAPUÃ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
ENSINO FUNDAMENTAL I (6- 10 ANOS)

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 17/04	TERÇA-FEIRA 18/04	QUARTA-FEIRA 19/04	QUINTA-FEIRA 20/04	SEXTA-FEIRA 21/04
LANCHE TARDE - 14:45/	Polenta com carne moída e salada de repolho	Arroz, feijão, carne suína, salada de alface	Arroz, feijão, carne bovina , salada de alface Fruta	Arroz, feijão, empanado de peixe assado e salada de repolho Fruta	 <i>Tiradentes</i> 21 de abril
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (kcal)		CHO (G)	PTN (G)	LPD (G)
	342,21		51g	18 g	10g
			55%	21%	24%

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 24/04	TERÇA-FEIRA 25/04	QUARTA-FEIRA 26/04	QUINTA-FEIRA 07/05	SEXTA-FEIRA 28/06
LANCHE TARDE - 14:45	Macarrão com carne moída e salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, quixerinha, pernil ao molho e salada	Macarrão com frango, salada de alface Fruta	Arroz, feijão, carne bovina ao molho com batata e salada de alface Fruta	Torta de frango (frango, milho, ervilha e cenoura) Suco Fruta
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (kcal)		CHO (G)	PTN (G)	LPD (G)
	392,89		62g	17g	11 g
			60%	19%	21%

*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

**As frutas serão mandadas conforme a safra e a disponibilidade dos agricultores.

