


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

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 01/05	TERÇA-FEIRA 02/05	QUARTA-FEIRA 03/05	QUINTA-FEIRA 04/05	SEXTA-FEIRA 05/05
LANCHE TARDE - 14:45		Arroz, feijão, carne suína , salada de couve	Arroz, polenta, carne bovina ao molho e salada de alface	Arroz, feijão, empanado de peixe assado e salada de repolho	Torta de frango (frango, milho, ervilha e cenoura) Suco
			Fruta	Fruta	Fruta
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (G)	PTN (G)	LPD (G)
		385,02	65 g	17 g	11 g
			60%	18%	22%

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 08/05	TERÇA-FEIRA 09/05	QUARTA-FEIRA 10/05	QUINTA-FEIRA 11/05	SEXTA-FEIRA 12/05
LANCHE TARDE - 14:45	Macarrão com carne moída e salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão, empanado de peixe assado e salada de pepino	Arroz, feijão, carne bovina ao molho com batata e salada de repolho	Arroz, quixerinha com carne suína e salada de tomate	Bolo simples
			Fruta	Fruta	Fruta
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)		Energia (kcal)	CHO (G)	PTN (G)	LPD (G)
		413,28	58 g	15 g	08g
			60%	17%	23%

*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 15/05	TERÇA-FEIRA 16/05	QUARTA-FEIRA 17/05	QUINTA-FEIRA 18/05	SEXTA-FEIRA 19/05
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 brócolis Fruta	Arroz, feijão, coxa e sobrecoxa assada , maionese 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)	
	372,11	59g	19 g	09g	
		58%	22%	22%	

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA 22/05	TERÇA-FEIRA 23/05	QUARTA-FEIRA 24/05	QUINTA-FEIRA 25/05	SEXTA-FEIRA 26/05
LANCHE TARDE - 14:45	Macarrão com carne moída e salada de repolho com cenoura ralada	Arroz, quixerinha, pernil ao molho e salada	Arroz, feijão, empanado de peixe e salada Fruta	Arroz, feijão, carne bovina ao molho com batata e salada Fruta	Bolo simples Composto lacteo Fruta
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (kcal)	CHO (G)	PTN (G)	LPD (G)	
	400,18	62g	18g	10g	
		60%	20%	20%	

*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 29/05	TERÇA-FEIRA 30/05	QUARTA-FEIRA 31/05	QUINTA-FEIRA 01/06	SEXTA-FEIRA 02/06
LANCHE TARDE - 14:45	Polenta com carne moída e salada de repolho	Arroz, feijão, empanado de peixe assado e salada de repolho	Arroz, feijão, carne bovina, farofa de ovo e salada Fruta	Arroz, quixerinha com carne suína e salada de alface Fruta	Bolo simples Composto lacteo Fruta
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)	Energia (kcal)	CHO (G)	PTN (G)	LPD (G)	
	403,42	58 g	15 g	09 g	
		60%	17%	23%	

