

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


**1ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA (estado)	QUARTA-FEIRA (estado)	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ - 10:30 LANCHE TARDE - 14:30	Sopa (macarrão, carne moída, cenoura, milho..)	Arroz colorido, feijão, empanado e salada	Arroz, virado de feijão, ovo mexido e salada Fruta	Arroz, feijão, polenta com coxa e sobrecoxa ao molho e salada Fruta	Bolo fubá Suco
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (G)</b>	<b>PTN (G)</b>	<b>LPD (G)</b>	
	392,53	55 g 57%	18 g 18%	11 g 25%	

**2ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ - 10:30 LANCHE TARDE - 14:30	Macarrão com carne carne moída e salada	Arroz, feijão, carne suína e salada	Arroz, feijão, farofa de ovo e salada Fruta	Arroz, feijão carne de panela com batata e salada Fruta	Bolo mesclado Suco
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (G)</b>	<b>PTN (G)</b>	<b>LPD (G)</b>	
	388,30	58g 61%	16 g 17%	10g 23%	

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável  
\*\*As frutas podem mudar devido disponibilidade dos agricultores.

  
**Renata Volpe Vieira Paganote**  
 Nutricionista Responsável Técnica  
 CRN8 – 7267





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


**3ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA (estado)	QUARTA-FEIRA (estado)	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ - 10:30	Sopa (macarrão, carne moída, cenoura, milho..)	Arroz, feijão, empanado e salada	Arroz, virado de feijão, ovo mexido e salada Fruta	Arroz, feijão, linguiça assada e salada Fruta	Bolo branco Suco
LANCHE TARDE - 14:30					
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (G)</b>	<b>PTN (G)</b>	<b>LPD (G)</b>
	392,53	392,53	55 g	18 g	11 g
			57%	18%	25%

**4ª SEMANA**

HORÁRIO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA (estado)	QUARTA-FEIRA (estado)	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE MANHÃ - 10:30	Macarrão com carne carne moída e salada	Arroz, feijão, quibe ao molho e salada	Arroz, feijão, farofa de ovo e salada Fruta	Arroz, feijão, quireira com carne porco e salada Fruta	Bolo chocolate Suco
LANCHE TARDE - 14:30					
<b>COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (MÉDIA SEMANAL)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (G)</b>	<b>PTN (G)</b>	<b>LPD (G)</b>
	395,24	395,24	59g	18 g	10 g
			59%	18%	23%

\*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável  
\*\* As frutas podem mudar devido disponibilidade dos agricultores.

  
**Renata Volpe Vieira Paganote**  
 Renata Volpe Vieira Paganote  
 Nutricionista Responsável Técnica  
 CRN8 – 7267

