



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – PAULO FRONTIN  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL**

**MODALIDADE DE ENSINO** PARCIAL

**ZONA** URBANA/RURAL

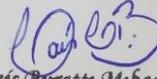
**FAIXA ETÁRIA** (06 -14 ANOS)

**PERÍODO** MATUTINO/VESPERTINO

**MARÇO 2022**

	<b>3ª FEIRA</b> <b>01/03</b>	<b>4ª FEIRA</b> <b>02/03</b>	<b>5ª FEIRA</b> <b>03/03</b>	<b>6ª FEIRA</b> <b>04/03</b>
<b>LANCHE/</b> <b>Horário</b> Matutino 10h Vespertino 15h	-	-	AVEIA COZIDA NO LEITE BISCOITO DE COCO  Maçã	ARROZ CARRETEIRO  SALADA DE BETERRABA REPOLHO KIWI
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	339 kcal	57 g	12 g	8 g

Obs.: Esse cardápio está sujeito à alterações por disponibilidade de itens, principalmente perecíveis (frutas e verduras).

  
Lais Duratti Mibach  
NUTRICIONISTA  
CRN 8 7826



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – PAULO FRONTIN  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

**CARDÁPIO- ENSINO FUNDAMENTAL**

**MODALIDADE DE ENSINO** *PARCIAL*

**ZONA** *URBANA/RURAL*

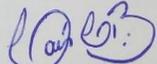
**FAIXA ETÁRIA** (06-14 ANOS)

**PERÍODO** (*Matutino/Vespertino*)

**MARÇO 2022**

	<b>2ª FEIRA</b> <b>07/03</b>	<b>3ª FEIRA</b> <b>08/03</b>	<b>4ª FEIRA</b> <b>09/03</b>	<b>5ª FEIRA</b> <b>10/03</b>	<b>6ª FEIRA</b> <b>11/03</b>
<b>LANCHE/</b> <b>Horário</b> Matutino 10h Vespertino 15h	GALINHADA ALFACE PEPINO  MAÇÃ	QUIRERINHA, PICADINHO DE CARNE BOVINA EM MOLHO SALADA DE REPOLHO  CAQUI	LEITE SABORIZADO (canela, raspas de laranja, cravo)  CUCA  BANANA	FEIJÃO, ARROZ FAROFA DE OVOS VAGEM COZIDA  KIWI	SANDUÍCHE (PATÊ DE SARDINHA) + TOMATE EM CUBOS  LARANJA
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>		<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		332 kcal	46 g	12 g	8 g

Obs.: Esse cardápio está sujeito à alterações por disponibilidade de itens, principalmente perecíveis (frutas e verduras).

  
Lais Duratti Mibach  
NUTRICIONISTA  
CRN 8 7826



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – PAULO FRONTIN  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL**

**MODALIDADE DE ENSINO** PARCIAL

**ZONA** URBANA/RURAL

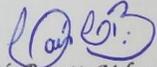
**FAIXA ETÁRIA** (6– 14 ANOS)

**PERÍODO** Matutino/Vespertino

**MARÇO 2022**

	<b>2ª FEIRA 14/03</b>	<b>3ª FEIRA 15/03</b>	<b>4ª FEIRA 16/03</b>	<b>5ª FEIRA 17/03</b>	<b>6ª FEIRA 18/03</b>
<b>LANCHE/ Horário</b> Matutino 10h Vespertino 15h	BATIDA DE MAÇÃ E AVEIA (leite)  BISCOITO MAISENA	MACARRÃO PARAFUSO CARNE MOÍDA REFOGADA CENOURA COZIDA ALFACE KIWI	OVOS MEXIDOS (QUEIJO, TOMATE, SALSINHA) PÃO INTEGRAL (fatia)  BANANA	RISOTO VAGEM COZIDA ALFACE CAQUI	QUIRERINHA CARNE SUÍNA REPOLHO, BETERRABA
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		392 kcal	57 g	15 g	9 g

Obs.: Esse cardápio está sujeito à alterações por disponibilidade de itens, principalmente perecíveis (frutas e verduras).

  
Lais Buratti Mibach  
NUTRICIONISTA  
CRN 8 7826

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – PAULO FRONTIN**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL**

**MODALIDADE DE ENSINO** PARCIAL

**ZONA** URBANA/RURAL

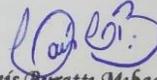
**FAIXA ETÁRIA** (06 -14 ANOS)

**PERÍODO** MATUTINO/VESPERTINO

**MARÇO 2022**

	<b>2ª FEIRA 21/03</b>	<b>3ª FEIRA 22/03</b>	<b>4ª FEIRA 23/03</b>	<b>5ª FEIRA 24/03</b>	<b>6ª FEIRA 25/03</b>
<b>LANCHE/ Horário</b> Matutino 10h Vespertino 15h	ARROZ, PICADINHO DE CARNE BOVINA EM MOLHO SALADA DE REPOLHO TOMATE	BATATA DOCE ASSADA +  OVO COZIDO  KIWI	PÃO FATIADO INTEGRAL QUEIJO LEITE SABORIZADO (CANELA, CRAVO, RASPA DE LARANJA) MAÇÃ	MACARRÃO GRAVATINHA + CARNEMOÍDA REFOGADA + TOMATE (ABAFADOS)+ MILHO  SALADA DE REPOLHO E PEPINO CAQUI	POLENTA EM TIRAS COM FRANGO EM MOLHO  ALFACE, TOMATE
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		337 kcal	56 g	11 g	9 g

Obs.: Esse cardápio está sujeito à alterações por disponibilidade de itens, principalmente perecíveis (frutas e verduras).

  
**Lais Duratti Mibach**  
 NUTRICIONISTA  
 CRN 8 7826

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – PAULO FRONTINPROGRAMA  
NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - ENSINO FUNDAMENTAL**

**MODALIDADE DE ENSINO** *PARCIAL*

**ZONA** *URBANA/RURAL*

**FAIXA ETÁRIA** (06 -14 ANOS)

**PERÍODO** *MATUTINO/VESPERTINO*

**MARÇO 2022**

	<b>2ª FEIRA 28/03</b>	<b>3ª FEIRA 29/03</b>	<b>4ª FEIRA 30/03</b>	<b>5ª FEIRA 31/03</b>	<b>6ª FEIRA 01/04</b>
<b>LANCHE/ Horário</b> Matutino 10h Vespertino 15h	IOGURTE DE FRUTAS BISCOITO AVEIA E MEL  KIWI	CANJQUINHA COM CARNE SUÍNA  SALADA DE ALFACE E TOMATE  CAQUI	PÃO INTEGRAL C/ OVOS MEXIDOS COM LEGUMES (TOMATE)  MAÇÃ	CANJICA (leite integral, coco)  BANANA	MACARRONADA DE CARNE MOÍDA  SALADA DE REPOLHO E PEPINO
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		338 kcal	56 g	11,4 g	9 g

Obs.: Esse cardápio está sujeito à alterações por disponibilidade de itens, principalmente perecíveis (frutas e verduras).

  
**Lais Duratti Mibachi**  
 NUTRICIONISTA  
 CRN 8 7826