

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CORONEL BARROS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Fundamental II*

ZONA *urbana*

FAIXA ETÁRIA 11-15 anos

PERÍODO *parcial*

Novembro/2021

	2ª FEIRA 01/11	3ª FEIRA 02/11	4ª FEIRA 03/11	5ª FEIRA 04/11	6ª FEIRA 05/11
Lanche da Tarde/ Horário*	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	Biscoito de gergelim Leite com especiarias Banana Morango	Bolo de cacau (abobrinha, cacau, farinha de trigo, açúcar, óleo, ovos, sal, fermento) Café com leite Abacaxi Manga	Polenta cremosa com queijo Sobrecoca ao molho (sobrecoca de frango, cebola, tomate, alho, pimentão) Couve chinesa Beterraba
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
	478 kcal	70 g	14 g	18 g	
		58 %	11 %	33 %	

Isabel Thereza Steffenon Weber Sauthier CRN-2 12305

* conforme horário adaptado segundo protocolos de distanciamento social

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CORONEL BARROS/RS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Fundamental II*ZONA *urbana*

FAIXA ETÁRIA 11-15 anos

PERÍODO *parcial*

Novembro/2021

	2ª FEIRA 08/11	3ª FEIRA 09/11	4ª FEIRA 10/11	5ª FEIRA 11/11	6ª FEIRA 12/11
Lanche da Tarde/ Horário*	Gellato de café (café, leite, gelo) Torradinha com queijo Maçã Mamão	Feijão preto Arroz com couve Patinho ao molho (patinho bovino, cebola, tomate, alho, pimentão) Cenoura ralada Vagem Abacaxi	Pão com carne moída (pão francês, carne bovina moída, cebola, tomate, alho, pimentão) Leite com cacau Manga Melão	Sagu de uva (sagu, suco de uva, açúcar, canela) Creme de baunilha (leite, amido de milho, essência de baunilha) Banana Maçã	Feijão carioca Arroz parboilizado Batata inglesa com orégano Suíno ao molho (sobrepaleta suína, cebola, tomate, alho, pimentão) Brócolis Tomate Laranja
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		473 kcal	78 g	18 g	11 g
		66 %	15 %	20 %	

Isabel Thereza Steffenon Weber Sauthier CRN-2 12305

* conforme horário adaptado segundo protocolos de distanciamento social

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CORONEL BARROS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Fundamental II*

ZONA *urbana*

FAIXA ETÁRIA 11-15 anos

PERÍODO *parcial*

Novembro/2021

	2ª FEIRA 15/11	3ª FEIRA 16/11	4ª FEIRA 17/11	5ª FEIRA 18/11	6ª FEIRA 19/11
Lanche da Tarde/ Horário*	FERIADO	Iogurte Abacaxi Maçã Mamão	Sanduíche integral de frango (pão integral, frango desfiado, alface) Chá de abacaxi Banana Laranja	Torradinha de creme vegetal e orégano (pão de trigo) Frapuccino de banana (leite, banana, café, cacau, hortelã) Melão Manga	Macarrão parafuso ao alho e óleo Ovo cozido Alface Beterraba Maçã
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		476 kcal	76 g 64 %	15 g 13 %	13 g 25 %

Isabel Thereza Steffenon Weber Sauthier CRN-2 12305

* conforme horário adaptado segundo protocolos de distanciamento social

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CORONEL BARROS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *Ensino Fundamental II*

ZONA *urbana*

FAIXA ETÁRIA 11-15 anos

PERÍODO *parcial*

Novembro/2021

	2ª FEIRA 22/11	3ª FEIRA 23/11	4ª FEIRA 24/11	5ª FEIRA 25/11	6ª FEIRA 26/11
Lanche da Tarde/ Horário*	Pipoca Café com leite Abacaxi Manga	Arroz de carreteiro (carne bovina moída, arroz parboilizado, cenoura, tomate, cebola, alho, cheiro verde, ervilha, milho) Repolho Tomate Banana	Pão integral com geleia de uva sem açúcar e nata Chá de maçã Banana Mamão	Cuca de coco e chocolate (farinha de trigo, açúcar, leite, ovos, cacau, coco, amido de milho) Café com leite Banana Maçã	Feijão preto Arroz integral Frango com legumes (peito de frango, cenoura, batata inglesa, chuchu, vagem, abobrinha, brócolis, cebola, alho, tomate, pimentão) Couve chinesa Rúcula Laranja
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	55% a 65% do VET
					10% a 15% do VET
					15% a 30% do VET
	478 kcal	83 g	17 g	11 g	
		69 %	14 %	20 %	

Isabel Thereza Steffenon Weber Sauthier CRN-2 12305

* conforme horário adaptado segundo protocolos de distanciamento social