

**CARDÁPIO - PNAE 2022 FAIXA ETÁRIA 6 A 15 ANOS / EJA e AEE**

	SEGUNDA- FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
PREPARAÇÃO 1ª SEMANA	CAFÉ COM LEITE BOLO DE TRIGO	MACARRONADA DE SOJA E CARNE MOIDA SOBREMESA: ABACAXI	MINGAU DE BANANA GRANDE	FRANGO GUISADO, ARROZ, MACARRÃO E SALADA	CAFÉ COM LEITE E BISCOITO
PREPARAÇÃO 2ª SEMANA	SUCO DE FRUTA E BISCOITO SALGADO COM MARGARINA	GUISADO DE CARNE COM ARROZ E FAROFA	CAFÉ COM LEITE E BISCOITO DOCE	FRANGO DESFIADO COM ARROZ E FAROFA E SUCO DE FRUTA	SUCO DE FRUTA E BOLO DE TRIGO
PREPARAÇÃO 3ª SEMANA	MINGAU DE ARROZ E JERIMUM	SOPA DE FEIJÃO (carne com osso e legumes) E MACARRÃO SOBREMESA: MELÃO	SUCO DE FRUTA COM BOLO DE MACAXEIRA	CANJA COM LEGUMES SOBREMESA: MELANCIA	RISOTO DE PIRACUI C/ FEIJÃO E FAROFA
PREPARAÇÃO 4ª SEMANA	ACHOCOLATADO COM BEIJU SECO	FEIJÃO TROPEIRO COM ISCAS DE CARNE E OVO	ACHOCOLATADO E BOLO DE CARIMÃ	VATAPÁ DE FRANGO C/ ARROZ E SUCO DE FRUTA	VITAMINADA DE BANANA COM MAMÃO

**OBSERVAÇÃO: Informamos que os HORTIFRUTIS podem sofrer alterações de acordo com a safra e condições climáticas, entre outros imprevistos. O que pode acarretar em alteração de cardápio ocasionalmente.**

**Valor nutricional** - Kcal: 594 Kcal; Carboidratos: 285g; Proteína: 78g; Lipídios: 134g; Vit. A: 170 ug; Vit. C: 167mg; Fibras: 6,5g; Cálcio: 314 mg; Ferro:2,7 mg; Magnésio:105 mg; Zinco:3,5 mg.

**ZONA RURAL (ENSINO FUNDAMENTAL)**

*Israelle da Almeida de Souza*  
ISRAELE MARIA ALMEIDA DE SOUZA  
Nutricionista CRN Nº 13921

*Almeidas*



**CARDÁPIO - PNAE 2022 FAIXA ETÁRIA 3 A 5 ANOS**

	SEGUNDA- FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
PREPARAÇÃO 1ª SEMANA	ACHOCOLATADO E BISCOITO SALGADO C/ MARGARINA	MACARRONADA DE CARNE (carne moída e soja) SOBREMESA: MELANCIA	SUCO DE FRUTA E BOLO DE TRIGO	CANJA COM LEGUMES SOBREMESA: BANANA PRATA	MINGAU DE TAPIOCA COM BANANA PACOVAM
PREPARAÇÃO 2ª SEMANA	SUCO DE FRUTA E FAROFA DE PIRACUÍ COM OVO	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO	CAFÉ COM LEITE E BISCOITO DOCE	VATAPÁ DE FRANGO E ARROZ BRANCO	MINGAU DE ARROZ COM JERIMUM
PREPARAÇÃO 3ª SEMANA	VITAMINA DE MAMÃO	FEIJÃO TROPEIRO (feijão, farinha de mandioca, carne moída, arroz e legumes) SOBREMESA: ABACAXI	SUCO DE FRUTA E BOLINHO DE CARIMÁ	GALINHADA, FAROFA E ARROZ. SOBREMESA: MELÃO	ACHOCOLATADO COM BEJU SECO
PREPARAÇÃO 4ª SEMANA	SUCO DE FRUTA E BISCOITO DOCE	GUISADO DE CARNE, ARROZ E MACARRÃO	CAFÉ COM LEITE BOLO DE LEITE	FRANGO GUISADO, FARINHA E ARROZ	VITAMINA DE BANANA E BISCOITO SALGADO

**OBSERVAÇÃO:** Informamos que os HORTIFRUTIS podem sofrer alterações de acordo com a safra e condições climáticas, entre outros imprevistos. O que pode acarretar em alteração de cardápio ocasionalmente.

Valor nutricional - Kcal: 338 Kcal; Carboidratos: 219g; Proteína: 71g; Lipídios: 106g; Vit. A: 89 ug; Vit. C: 7mg; Fibras: 5,2g; Cálcio: 208 mg; Ferro:2,01 mg; Magnésio:29 mg; Zinco:1,5 mg.

**ZONA URBANA (EDUCAÇÃO INFANTIL)**

*Syvale da Almeida de Souza*  
ISRAELE MARIA ALMEIDA DE SOUZA  
Nutricionista CRN Nº 13921

*J. Almeida*



**CARDÁPIO - PNAE 2022 FAIXA ETÁRIA 3 A 5 ANOS**

	SEGUNDA- FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
PREPARAÇÃO 1ª SEMANA	BOLINHO DE CARIMÃ COM ACHOCOLATADO	MACARRONADA DE CARNE (carne moída e soja) SOBREMESA: MELANCIA	SUCO DE FRUTA E BOLO DE TRIGO	MACARRONADA DE FRANGO SOBREMESA: MELÃO	MINGAU DE TAPIOCA
PREPARAÇÃO 2ª SEMANA	VITAMINA DE BATATA DOCE COZIDA ENRIQUECIDA COM LEITE	ARROZ TROPEIRO (carne, arroz e farinha ) SALADA: COZIDA	CAFÉ COM LEITE E BISCOITO DOCE	RISOTO DE PIRACUÍ, OVO E FARINHA	VITAMINA DE MAMÃO COM BANANA
PREPARAÇÃO 3ª SEMANA	MINGAU DE BANANA GRANDE	SOPA DE FEIJÃO (carne com osso e legumes) E MACARRÃO	ACHOCOLATADO COM BEIJU SECO	VATAPA DE FRANGO, ARROZ BRANCO	SUCO DE FRUTA E BISCOITO DOCE
PREPARAÇÃO 4ª SEMANA	CAFÉ COM LEITE BISCOITO SALGADO C/ MARGARINA	BAIÃO DE DOIS COM CARNE SOBREMESA: ABACAXI	MINGAU DE ARROZ COM JERIMUM	FRANGO COZIDO, COM ARROZ, FEIJÃO E SALADA	CANJA

**OBSERVAÇÃO:** Informamos que os HORTIFRUTIS podem sofrer alterações de acordo com a safra e condições climáticas, entre outros imprevistos. O que pode acarretar em alteração de cardápio ocasionalmente.

Valor nutricional - Kcal: 376 Kcal; Carboidratos: 216g; Proteína: 65g; Lipídios: 108g; Vit. A: 89 ug; Vit. C: 5,1mg; Fibras: 6,5g; Cálcio: 204 mg; Ferro:3,1 mg; Magnésio:28,9 mg; Zinco:2 mg.

**ZONA RURAL (EDUCAÇÃO INFANTIL)**

*Lyra de Almeida de Souza*  
ISRAELE MARIA ALMEIDA DE SOUZA  
Nutricionista CRN Nº 13921

*Almeidas*



CARDÁPIO - PNAE 2022 FAIXA ETÁRIA 6 A 15 ANOS / EJA e AEE

	SEGUNDA- FEIRA	TERÇA- FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
PREPARAÇÃO 1ª SEMANA	SUCO DE FRUTA E BOLO DE MACAXEIRA	MACARRONADA (carne moída e soja) E SUCO DE FRUTA	VITAMINADA DE BANANA	RISOTO DE FRANGO E FAROFA. SOBREMESA: MELANCIA	ACHOCOLATADO E BISCOITO SALGADO
PREPARAÇÃO 2ª SEMANA	ACHOCOLATADO COM BISCOITO SALGADO C/ MARGARINA	GUISADO DE CARNE, ARROZ E MACARRÃO SOBREMESA: BANANA	CAFÉ COM LEITE E BOLINHO DE CARIMÃ	CANJA	BOLO DE MILHO VERDE COM SUCO DE FRUTA
PREPARAÇÃO 3ª SEMANA	FAROFA DE PICACUI E OVO	FEIJÃO TROPEIRO (feijão, farinha de mandioca, carne moída, arroz e legumes) E SUCO	SUCO DE FRUTA E BOLO DE LEITE	GALINHADA COM ARROZ E SALADA	CARA ROXO COZIDO COM CAFÉ
PREPARAÇÃO 4ª SEMANA	MINGAU DE ARROZ COM JERIMUM	SOPA DE FEIJÃO (carne com osso e legumes) E MACARRÃO	ACHOCOLATADO COM BISCOITO SALGADO COM MARGARINA	VATAPA DE FRANGO, E SUCO DE FRUTA	MINGAU DE TAPIOCA COM BANANA PACOVAM

**OBSERVAÇÃO: Informamos que os HORTIFRUTIS podem sofrer alterações de acordo com a safra e condições climáticas, entre outros imprevistos. O que pode acarretar em alteração de cardápio ocasionalmente.**

Valor nutricional - Kcal: 609 Kcal; Carboidratos: 294g; Proteína: 127g; Lipídios: 167g; Vit. A: 191 ug; Vit. C: 16mg; Fibras: 7,4g; Cálcio: 339 mg; Ferro:4,1 mg; Magnésio:109 mg; Zinco:3,8 mg.

**ZONA URBANA (ENSINO FUNDAMENTAL)**

*Israelle Maria Almeida de Souza*  
ISRAELE MARIA ALMEIDA DE SOUZA  
Nutricionista CRN Nº 13921

*Israelle*