

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPITÃO LEONIDAS MARQUES
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO/DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTA de CARDÁPIO NOVEMBRO DE 2024 - ESCOLAS DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO
EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL- ZONA URBANA E RURAL/ PERÍODO PARCIAL - ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA E
INTOLERANCIA NÃO CELÍACA AO GLÚTEN

S	T	Q	Q	S
04	05	06	07	08
Carreteiro com ervilha, brócolis cozido e acelga com tomate. Maçã	Canjica (COM LEITE DE COCO) com amendoim e laranja	Mandioca cozida, molho de carne moída, cenoura e couve flor cozida e salada de rúcula. Morango	Polenta, filé de tilápia, beterraba crua e abobrinha cozida. Salada de tomate.	Macarrão DE ARROZ (SEM LEITE E DERIVADOS) ao molho vermelho, frango assado, vagem e salada colorida. Melancia
11	12	13	14	15
Arroz integral, feijoada de carne com legumes, cenoura ralada e salada de couve folha. Banana	Muffin (SEM LEITE E DERIVADOS E SEM GLÚTEN) de folhas verdes com frango e legumes e suco natural	Canjiquinha com carne suína, chuchu refogado, salada de beterraba cozida e salada de alface. Melão	Pão enriquecido com legumes (SEM LEITE E DERIVADOS E SEM GLÚTEN) e suco de frutas. Mamão	Feriado
18	19	20	21	22
Arroz, lentilha, ovos mexidos com legumes e salada de alface com tomate. Laranja	COOKIES SEM LEITE E DERIVADOS E SEM GLÚTEN, vitamina de frutas (LEITE DE CASTANHA) e manga picada	Feriado	Macarrão DE ARROZ (SEM LEITE E DERIVADOS) ao molho de carne moída, vagem e salada de rúcula com tomate. Melão	Polenta ao molho de frango, abobrinha refogada. Salada de tomate. Banana
25	26	27	28	29
Arroz integral, feijão com carne, farofa de legumes e salada verde. Pêssego	Canjiquinha com carne suína, brócolis cozido e salada de almeirão com abacaxi picado	Mandiocada, brócolis e salada de repolho com tomate. Uva	Bolo (SEM LEITE E DERIVADOS E SEM GLÚTEN) e suco natural. Morango	Quibe caseiro SEM GLÚTEN, abóbora refogada e salada de almeirão. Melão

OBS: O cardápio da semana só poderá ser alterado se comunicado com antecedência e autorizado pela Divisão de Alimentação Escolar, através do Registro de Alteração de cardápio. As frutas da época poderão ser acrescentadas em qualquer dia do cardápio. Os tipos de frutas podem sofrer alterações, assim como as saladas e legumes.

Composição nutricional	Faixa etária/ Período parcial	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Sódio (mg)
			(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	
	4 a 5 anos	272,1	10,4	44,0	15	5,4	48,6	17	46,9	185,1	68	269,8
6 a 10 anos	328,5	13,1	52,4	16	7,1	64,2	19	54,5	218	65	319,8	

Éliester Lílian Brum Balestrin Fanin
 CRN 3650
 Nutricionista

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPITÃO LEONIDAS MARQUES
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO/DIVISÃO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
PROPOSTA de CARDÁPIO NOVEMBRO DE 2024 - ESCOLAS DA REDE MUNICIPAL DE ENSINO
EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL- ZONA URBANA E RURAL/ PERÍODO PARCIAL - ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE DE VACA E
INTOLERANCIA NÃO CELÍACA AO GLÚTEN

Élister Lílian Brum Balestrin Fanin
CRN 3650
Nutricionista