



Prefeitura Municipal De Douradina
Secretaria Municipal de Educação e Cultura
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE
Cardápio 2023
E. M. Mirena Amélia Batista



Modalidade: Ensino Fundamental I: 6 a 10 anos – Período Parcial – Matutino e Vespertino

	1º SEMANA				2º SEMANA				3º SEMANA				4º SEMANA			
Segunda Feira	Farofa ovo c/ brócolis Arroz, Feijão Salada alface e tomate				Carne moída c/ berinjela em cubos Arroz, Feijão Salada rúcula e alface				Macarrão c/ linguiça desfiada Abóbora refogada Feijão Salada acelga e tomate				Carne em cubos c/ mandioca Arroz, Feijão Salada pepino e tomate			
Terça Feira	Carne em cubos c/ mandioca Arroz, Feijão Salada repolho Melancia				Macarronada c/ frango Abobrinha refogada Feijão Salada beterraba cozida				Filé Tilápia ao molho c/ batata e cenoura Arroz, Feijão Salada rúcula e repolho roxo				Macarronada c/ carne moída Feijão Salada alface e couve flor Maça			
Quarta Feira	Pão c/ molho (carne moída, cebola, cenoura, tomate, cheiro verde) Suco uva integral Abacaxi				Pão c/ manteiga Leite c/ cacau 100% Melão				Pão c/ molho (carne moída, cebola, cenoura, tomate, cheiro verde) Suco laranja integral Goiaba				Pão c/ manteiga Leite c/ cacau 100% Banana			
Quinta Feira	Macarronada c/ Pasta Tilápia Milho refogado Feijão Salada couve				Carne em cubos c/ batata Arroz, Feijão Salada pepino e tomate				Galinhada Feijão Milho cozido (espiga) Salada repolho e tomate				Frango ao molho (cebola, tomate, cheiro verde) Arroz, Feijão preto Salada couve			
Sexta Feira	Polenta c/ frango ao molho (cebola, tomate, cheiro verde) Arroz, Feijão Salada acelga				Feijoada (músculo, cenoura, chuchu) Arroz Farofa couve Laranja				Ovo cozido (unidade) Arroz c/ batata doce, Feijão Salada brócolis e tomate Poncã				Pasta Tilápia ao molho Arroz, Feijão Salada alface			
Composição nutricional Média semanal	Energia (kcal)	CHOg	PTNg	LPDg	Energia (kcal)	CHO g	PTNg	LPDg	Energia (kcal)	CHO g	PTNg	LPDg	Energia (kcal)	CHO g	PTNg	LPDg
	528	55/65% VET	10/15% VET	15/30% VET	475	55/65% VET	10/15% VET	15/30% VET	503	55/65% VET	10/15% VET	15/30% VET	468	55/65% VET	10/15% VET	15/30% VET
		73g/58%	18g/13%	19g/30%		66g/55%	19g/16%	15g/29%		69g/57%	18g/14%	17g/29%		67g/56%	19g/15%	16g/30%

Observação: Cardápio elaborado de acordo com a Resolução 06/2020.

Sujeito a alterações, conforme disponibilidade ou época de alimentos, ou com aval da nutricionista.

Jocikeli Franco Oliveira
Nutricionista CRN3 - 22465

R. João Gomes de Lira, 1280 – Fone: (67) 3412-1185 – Douradina – MS



Prefeitura Municipal De Douradina
Secretaria Municipal de Educação e Cultura
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE



ADM 2021-2024