SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTIAGO DO SUL – SANTA CATARINA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - 01 á 05 anos (PARCIAL E INTEGRAL)

CARDÁPIO SEMANAL - CARDÁPIO A

	SEGUNDA-FEIRA 02/11 e 30/11	TERÇA-FEIRA 03/11 e 01/12	QUARTA-FEIRA 04/11 e 02/12	QUINTA-FEIRA 05/11 e 03/12	SEXTA-FE
DESJEJUM 08:00h (matutino)	Leite e cacau pão com doce da agricultura familiar **OBS: intolerante e APLV fórmula hidrolisada s/ leite**	Pastel assado e suco de abacaxi e maça	Leite e cacau e bolo de aveia sem açúcar com aveia (salgado e doce intercalar) **OBS: intolerante e APLV fórmula hidrolisada s/ leite**	Chá com bolacha salgada e banana	Suco de (a morango
ALMOÇO 09:45 a 11:00h (matutino)	Macarrão ao molho de tomate com carne moída Repolho e beterraba pera	Lasanha de pão com frango e molho de tomate e queijo Repolho	Sopa de feijão com beterraba Pãozinho e suco natural de laranja	Arroz com feijão Carne bovina em molho com batatinha Couve e alface	Polenta con com frango b M
LANCHE 13:30 (vespertino)	Maça	Banana	Manga	Maça	
JANTA 15:30 á 16:00 (vespertino)	Arroz com feijão Carne bovina em molho com batatinha Alface e beterraba	Sopa de feijão com beterraba Suco de laranja	Polenta com molho de frango e salada com beterraba e brócolis	Macarrão ao molho de tomate com carne moída Salada de repolho Suco de uva integral	Lasanha de molho de

	Nº ref.	Energia (kcal)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	CARBOIDRATOS (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (µg)
Composição nutricional (média semanal)	**Parcial**	369.66	13g - 15%	11g - 28%	52g - 59%	203.69	1.7	155.04
	Parcial	373.29	12g - 14%	12g - 32%	50g - 56%	229.86	1.98	204.51
	Integral	742.95	24g - 14%	23g - 30%	101g - 58%	433.55	3.7	359.54

OBS: O planejamento alimentar contempla a oferta de energia, macronutrientes e micronutrientes em quantidades adequadas às necessidades nutricionais das faixas etárias atendidas. A composição do cardápio prioriza alimentos in natura e minimamente processados, com limitação restrição de ultra processados, respeitando os percentuais e critérios estabelecidos na legislação vigente. As frutas, legumes e verduras são ofertados diariamente, priorizando produtos frescos, da estação e provenientes, preferencialmente, da agricultura familiar. O cardápio poderá s sazonalidade, da disponibilidade e do cronograma de abastecimento, sendo garantida a substituição por preparações nutricionalmente equivalentes, sem prejuízo ao valor nutricional das refeições. Para os alunos com necessidades alimentares especiais são fornecidas alterativas adeq orientada em protocolos de atendimento padronizados.

Nutricionista: Camila Lazarin
CRN10/3439

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTIAGO DO SUL – SANTA CATARINA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - 01 á 05 anos (PARCIAL E INTEGRAL)

CARDÁPIO SEMANAL - CARDÁPIO B

	SEGUNDA-FEIRA 09/11-07 e 07/12	TERÇA-FEIRA 10/11 e 08/12	QUARTA-FEIRA 11/11 e 09/12	QUINTA-FEIRA12/11 e 10/12	SEXTA-FE
DESJEJUM 08:00h (matutino)	Panquequinha de banana com aveia sem açúcar e leite com cacau **OBS: intolerante e APLV fórmula hidrolisada s/ leite**	Bolacha salgada com leite e cacau **OBS: intolerante e APLV fórmula hidrolisada s/ leite**	Chá e esfirra de frango com tempero verde e banana	Suco de laranja e ovo mexido	Chá de ma da agri
ALMOÇO 09:45 a 11:00h (matutino)	Feijão e arroz com carne suína assada, repolho e tomate	Macarrão com frango em molho de tomate, alface e maça	Arroz, feijão, carne de gado em molho, salada de pepino e alface e suco natural abacaxi	Panqueca com carne moída em molho de tomate e ovos tempero verde e sal com arroz e suco de de uva e melancia	Sopa de mas tempero ve cebola
LANCHE 13:30 (vespertino)	Maça	Manga	Laranja	Banana	M
JANTA 15:30 á 16:00 (vespertino)	Sopa de feijão com beterraba Suco de laranja	Arroz, feijão, carne de gado tipo de panela em molho de tomate com batatinha , alface e cenoura	Polenta, Filé de peixe, salada de cenoura com beterraba e banana	Feijão e arroz com carne suína assada, repolho e chuchu	Macarrã tomate e te frango e

Composição nutricional (média semanal)	Nº ref.	Energia (kcal)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	CARBOIDRATOS (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (µg)
	Parcial	398.88	12g - 13%	12g - 30%	56g - 59%	179.50	4.56	654.23
	Parcial	377.05	12g - 14%	13g - 33%	49g - 55%	159.36	3.2	300.34
	Integral	758.42	23g - 13%	25g - 31%	103g - 58%	323.57	5.19	931.05

O planejamento alimentar foi elaborado considerando as necessidades nutricionais das faixas etárias atendidas, contemplando energia, macronutrientes e micronutrientes, conforme recomendações nutricionais e legislação vigente do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE in natura e minimamente processados, com oferta diária de frutas, verduras e legumes, respeitando a sazonalidade, a disponibilidade regional, a qualidade dos alimentos e os critérios estabelecidos pela legislação vigente, priorizando, sempre que possível, produtos da agricultura fami planejamento prévio e poderá sofrer alterações ou substituições de alimentos, ingredientes e preparações em razão de sazonalidade, indisponibilidade, qualidade inadequada do produto, alterações no fornecimento, logística, armazenamento, entrega, aquisição ou outras situações qu programação original.As substituições deverão, sempre que possível, ser realizadas por alimentos ou preparações do mesmo grupo ou nutricionalmente equivalentes, preservando a adequação nutricional, a variedade, a faixa etária, a consistência e as características da refeição, bem c estabelecidos pelo PNAE e demais normas vigentes.Alterações que impliquem mudança relevante na composição nutricional da refeição deverão ser avaliadas tecnicamente pela nutricionista responsável, não sendo autorizada a substituição de forma a comprometer a qualidade nutri

Nutricionista: Camila Lazarin

CRN10/3439

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTIAGO DO SUL – SANTA CATARINA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - 01 á 05 anos (PARCIAL E INTEGRAL)

CARDÁPIO SEMANAL - CARDÁPIO C

	SEGUNDA-FEIRA 16/11 e 14/12	TERÇA-FEIRA 17/11 e 15/12	QUARTA-FEIRA 18/11 e 16/12	QUINTA-FEIRA 19/11 e 17/12	SEXTA-FEI
DESJEJUM 08:00h (matutino)	Suco de maracujá com ovo mexido e maça	Bolo de aveia com banana sem açúcar e suco de uva	Leite com cacau e pão com doce de uva sem acúcar agricultura familiar **OBS: intolerante e APLV fórmula hidrolisada s/ leite**	Sagu com suco integral de uva feito na escola sem açucar e bolacha salgada	Esfira de fra verde com L **intolerant hidrol**
ALMOÇO 09:45 a 11:15h (matutino)	Feijão com arroz, carne moída em molho de tomate e mandioca e Salada de repolho e beterraba	Panqueca com carne em molho de tomate, beterraba e repolho, arroz branco e suco de uva	Carreteiro (arroz com carne de gado em molho de tomate e cebola com tempero verde) com alface e melancia	Sopa feijão com beterraba e pão e abacaxi	Feijão com de carne de tomate e
LANCHE 13:30 (vespertino)	Maça	BANANA	Manga	Laranja	M
JANTA 15:30 á 16:00 (vespertino)	Macarrão com molho de tomate tipo à bolonhesa, Alface Suco de laranja	Sopa feijão com beterraba e pão e abacaxi	Panqueca com carne em molho de tomate e tempero verde, cenoura, arroz branco e suco de laranja	Polenta, carne de panela ao molho de tomate, repolho com beterraba	Carne d desossada) a arroz e fe

Composição nutricional (média semanal)	Nº ref.	Energia (kcal)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	CARBOIDRATOS (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (µg)
	Parcial	374.79	13g - 15%	12g - 31%	51g - 58%	216.55	5.75	352.81
	Parcial	332.48	10g - 13%	12g - 33%	45g - 58%	157	3.6	219.52
	Integral	727.14	24g - 14%	25g - 33%	97g - 57%	376.62	9.94	575.98

O planejamento alimentar foi elaborado considerando as necessidades nutricionais das faixas etárias atendidas, contemplando energia, macronutrientes e micronutrientes, conforme recomendações nutricionais e legislação vigente do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE in natura e minimamente processados, com oferta diária de frutas, verduras e legumes, respeitando a sazonalidade, a disponibilidade regional, a qualidade dos alimentos e os critérios estabelecidos pela legislação vigente, priorizando, sempre que possível, produtos da agricultura fami planejamento prévio e poderá sofrer alterações ou substituições de alimentos, ingredientes e preparações em razão de sazonalidade, indisponibilidade, qualidade inadequada do produto, alterações no fornecimento, logística, armazenamento, entrega, aquisição ou outras situações qu programação original.As substituições deverão, sempre que possível, ser realizadas por alimentos ou preparações do mesmo grupo ou nutricionalmente equivalentes, preservando a adequação nutricional, a variedade, a faixa etária, a consistência e as características da refeição, bem c estabelecidos pelo PNAE e demais normas vigentes.Alterações que impliquem mudança relevante na composição nutricional da refeição deverão ser avaliadas tecnicamente pela nutricionista responsável, não sendo autorizada a substituição de forma a comprometer a qualidade nutri alimentação escolar.Para estudantes com necessidades alimentares especiais previamente identificadas e comunicadas à unidade escolar, serão disponibilizadas alternativas alimentares adequadas, observando-se a necessidade apresentada, as orientações técnicas pertinentes e a legi

Nutricionista: Camila Lazarin

CRN10: 3439

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SANTIAGO DO SUL – SANTA CATARINA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - 01 á 05 anos (PARCIAL E INTEGRAL)

CARDÁPIO SEMANAL - CARDÁPIO D

	SEGUNDA-FEIRA23/11	TERÇA-FEIRA24/11	QUARTA-FEIRA25/11	QUINTA-FEIRA26/11	SEXTA
DESJEJUM 08:00h (matutino)	Wafle de banana sem açúcar e chá de abacaxi	Sagu de suco de uva integral sem açúcar feito na escola e bolacha salgada	Pão com ovo mexido suco de uva integral sem açúcar banana	Suco de uva integral sem açúcar com bolacha caseira sem leite e melancia	Chá de ma Pali
ALMOÇO 09:45 a 11:15h (matutino)	Feijão com arroz carne de panela em molho de tomate e cenoura com salada de beterraba e repolho	Sopa feijão com beterraba e cenoura e pão e abacaxi	Carne suína assada com batata e arroz com feijão e salada de alface e beterraba e suco de maracuja	Polenta com filé de peixe e couve flor com cenoura e alface	Risoto de fr cenoura e salada d
LANCHE 13:30 (vespertino)	Maça	Abacaxi	Manga	Banana	M
JANTA 15:30 á 16:00 (vespertino)	Polenta cremosa com filé de peixe e brócolis com cenoura	Feijão com arroz carne bovina de panela em molho de tomate e cenoura com mandioca e salada de brócolis	Risoto de frango com tomate e cenoura e milho e tempero verde com salada de repolho e beterraba	Sopa feijão com beterraba e cenoura e pão e abacaxi	Macarrã tomate e ce carne moíd tempero v repol

Composição nutricional (média semanal)	Nº ref.	Energia (kcal)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	CARBOIDRATOS (g)	Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (µg)
	Parcial	374.79	13g - 15%	12g - 31%	51g - 58%	216.55	5.75	352.81
	Parcial	332.48	10g - 13%	12g - 33%	45g - 58%	157	3.6	219.52
	Integral	727.14	24g - 14%	25g - 33%	97g - 57%	376.62	9.94	575.98

O planejamento alimentar foi elaborado considerando as necessidades nutricionais das faixas etárias atendidas, contemplando energia, macronutrientes e micronutrientes, conforme recomendações nutricionais e legislação vigente do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE in natura e minimamente processados, com oferta diária de frutas, verduras e legumes, respeitando a sazonalidade, a disponibilidade regional, a qualidade dos alimentos e os critérios estabelecidos pela legislação vigente, priorizando, sempre que possível, produtos da agricultura fami planejamento prévio e poderá sofrer alterações ou substituições de alimentos, ingredientes e preparações em razão de sazonalidade, indisponibilidade, qualidade inadequada do produto, alterações no fornecimento, logística, armazenamento, entrega, aquisição ou outras situações qu programação original.As substituições deverão, sempre que possível, ser realizadas por alimentos ou preparações do mesmo grupo ou nutricionalmente equivalentes, preservando a adequação nutricional, a variedade, a faixa etária, a consistência e as características da refeição, bem c estabelecidos pelo PNAE e demais normas vigentes.Alterações que impliquem mudança relevante na composição nutricional da refeição deverão ser avaliadas tecnicamente pela nutricionista responsável, não sendo autorizada a substituição de forma a comprometer a qualidade nutri

Nutricionista: Camila Lazarin

CRN10/3439

IRA06/11 e 04/12
bacaxi, laranja ou) e pão com ovo
n molho de tomate desfiado repolho e eterraba Melancia
Abacaxi
pão com frango e tomate e queijo Repolho

Vit. C (mg)
47.13
31.16
78.29

de alimentos processados e
ofrer ajustes em virtude da
uadas para cada necessidade

EIRA13/11 e 11/12
ça e Palito salgado cultura e maça
ssinha com frango e erde e batatinha e cenoura e pão
Melancia
o com molho de empero verde com chuchu e alface

Vit. C (mg)
70.15
62.72
98.17

).O cardápio prioriza alimentos
liar.O cardápio constitui
ue impossibilitem a execução da
omo os critérios e limites
cional ou os critérios legais da

IRA 20/12 e 18/12
ango com tempero eite e cacau **OBS:** **e e APLV fórmula** **isada s/ leite**
arroz, almondega gado em molho de cenoura e salada alface
Melancia
le frango (coxa assada, purê batata, ijão com brócolis

Vit. C (mg)
49.23
42.71
95.09

).O cardápio prioriza alimentos
liar.O cardápio constitui
ue impossibilitem a execução da
omo os critérios e limites
cional ou os critérios legais da
islação vigente.Eventuais

A-FEIRA27/11
ıça e abacaxi com ito salgado
·ango, com tomate tempero verde e e brócolis maça
Melancia
o com molho de noura e milho com a e com cenoura e verde e salada de ho e tomate

Vit. C (mg)
49.23
45.27
95.09

).O cardápio prioriza alimentos
liar.O cardápio constitui
ue impossibilitem a execução da
omo os critérios e limites
cional ou os critérios legais da