



PREFEITURA MUNICIPAL DE GASPAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO PARA AS UNIDADES ESCOLARES

Vigência: Outubro de 2019

Horário das Refeições: 9:00h – 10:00h (matutino) e 14:30h – 15:30h (vespertino)

Segunda-Feira 07/10	Terça-Feira 08/10	Quarta-Feira 09/10	Quinta-Feira 10/10	Sexta-Feira 11/10
Macarrão Frango Ensopado Salada de Cenoura com Chuchu (Opção: Sopa de Frango ou Risoto)	Arroz/ Feijão Carne Moída ao Molho Abóbora Refogada (Opção: Sopa de Feijão ou Bolo de Carne Assado)	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Achocolatado Sobremesa: Fruta	Polenta Carne de Panela Ensopado Salada de Repolho com Beterraba Sobremesa: Fruta (Opção: Carreteiro ou Polenta com Leite)	Arroz/ Feijão Batata Sauté Peixe Assado Salada de Tomate com Cebola Sobremesa: Fruta (de preferência laranja) (Opção: Caldo de Peixe ou Peixe Ensopado)
14/10	15/10	16/10	17/10	18/10
Polenta Carne Moída ao Molho com Batata Salada de Beterraba (Opção: Almôndegas ao Molho Vermelho ou Polenta com Leite)	Dia dos Professores (Não haverá aula)	Cachorro Quente Suco de Fruta Sobremesa: Fruta	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Salada de Cenoura Sobremesa: Fruta (de preferência laranja) (Opção: Risoto)	Bolachas ou Bolo Simples Iogurte Sobremesa: Fruta

Nutricionistas: Karla Medeiros Luiz López – CRN 1268

Tatiane Wosnes – CRN 2070



PREFEITURA MUNICIPAL DE GASPAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO PARA AS UNIDADES ESCOLARES

Vigência: Outubro de 2019

Horário das Refeições: 9:00h – 10:00h (matutino) e 14:30h – 15:30h (vespertino)

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
21/10	22/10	23/10	24/10	25/10
Polenta Carne de Panela Ensopada com Batatas Salada de Repolho (Opção: Sopa de Carne ou Polenta com Leite)	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Salada de Cenoura e Chuchu (Opção: Sopa de Feijão ou Risoto)	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Achocolatado Sobremesa: Fruta	Macarrão Carne Moída Salada de Tomate com Cebola Sobremesa: Fruta (Opção: Almôndegas ao Molho Vermelho ou Bolo de Carne Assado)	Arroz/ Feijão Peixe Assado Salada de Beterraba Sobremesa: Fruta (de preferência laranja) (Opção: Caldo de Peixe ou Peixe Ensopado)
28/10	29/10	30/10	31/10	01/11
Macarrão Frango Ensopado Salada de Repolho com Tomate (Opção: Sopa de Frango ou Risoto)	Arroz/ Feijão Carne Moída ao Molho com Batatas Salada de Beterraba (Opção: Sopa de Feijão ou Bolo de Carne Moída Assado)	Sanduíche de Pão Dog com Carne e Tomate Suco de Fruta Sobremesa: Fruta	Polenta Carne de Panela Ensopada Salada de Cenoura e Chuchu Sobremesa: Fruta (Opção: Carreteiro)	Bolachas ou Bolo Simples Iogurte Sobremesa: Fruta

Nutricionistas: Karla Medeiros Luiz López – CRN 1268

Tatiane Wosnes – CRN 2070



PREFEITURA MUNICIPAL DE GASPAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO PARA AS UNIDADES ESCOLARES

Vigência: Outubro de 2019

Horário das Refeições: 9:00h – 10:00h (matutino) e 14:30h – 15:30h (vespertino)

Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
04/11	05/11	06/11	07/11	08/11
Macarrão Frango Ensopado Salada de Cenoura com Chuchu (Opção: Sopa de Frango ou Risoto)	Arroz/ Feijão Carne Moída ao Molho Abóbora Refogada (Opção: Sopa de Feijão ou Bolo de Carne Assado)	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Achocolatado Sobremesa: Fruta	Polenta Carne de Panela Ensopado Salada de Repolho com Beterraba Sobremesa: Fruta (Opção: Carreteiro ou Polenta com Leite)	Arroz/ Feijão Batata Sauté Peixe Assado Salada de Tomate com Cebola Sobremesa: Fruta (de preferência laranja) (Opção: Caldo de Peixe ou Peixe Ensopado)