



PREFEITURA MUNICIPAL DE GASPAR

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

### CARDÁPIO PARA AS UNIDADES ESCOLARES – GESTÃO CENTRALIZADA E TERCEIRIZADA

Vigência: Novembro e Dezembro de 2019

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

<b>Segunda-Feira</b>	<b>Terça-Feira</b>	<b>Quarta-Feira</b>	<b>Quinta-Feira</b>	<b>Sexta-Feira</b>
<b>11/11</b>	<b>12/11</b>	<b>13/11</b>	<b>14/11</b>	<b>15/11</b>
Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho com Batata Cenoura Ralada  (Opção: Almôndegas ao Molho Vermelho ou Polenta com Leite)	Macarrão Carne de Panela Ensopada com Chuchu Repolho  (Opção: Carreteiro)	Cachorro Quente  Suco de Fruta  Sobremesa: Fruta	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Couve-Flor Cozida Beterraba Ralada  Sobremesa: Fruta (de preferência laranja)  (Opção: Risoto)	<b>PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA</b>
<b>18/11</b>	<b>19/11</b>	<b>20/11</b>	<b>21/11</b>	<b>22/11</b>
Macarrão Carne Moída Salada de Tomate com Cebola  (Opção: Almôndegas ao Molho Vermelho ou Bolo de Carne Assado)	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Brócolis Cozido Cenoura Ralada  (Opção: Sopa de Feijão ou Risoto)	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado  Leite com Achocolatado  Sobremesa: Fruta	Polenta/ Arroz Carne de Panela Ensopada Beterraba Cozida Repolho  Sobremesa: Fruta  (Opção: Sopa de Carne ou Polenta com Leite)	Arroz/ Feijão Peixe Assado Salada de Batata com Chuchu  Sobremesa: Fruta (de preferência laranja)  (Opção: Caldo de Peixe ou Peixe Ensopado)

#### IMPORTANTE:

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.

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 – GESTÃO CENTRALIZADA E TERCEIRIZADA

Vigência: Novembro e Dezembro de 2019

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

<b>Segunda-Feira</b>	<b>Terça-Feira</b>	<b>Quarta-Feira</b>	<b>Quinta-Feira</b>	<b>Sexta-Feira</b>
<b>25/11</b>	<b>26/11</b>	<b>27/11</b>	<b>28/11</b>	<b>29/11</b>
Macarrão Frango Ensopado Salada de Repolho com Tomate  (Opção: Sopa de Frango ou Risoto)	Arroz/ Feijão Carne Moída ao Molho com Batatas Couve-Flor Cozida  (Opção: Sopa de Feijão ou Bolo de Carne Moída Assado)	Sanduíche de Pão Dog com Carne e Tomate  Suco de Fruta  Sobremesa: Fruta	Aipim/ Arroz Carne de Panela Ensopada com Chuchu Beterraba Ralada  Sobremesa: Fruta  (Opção: Carreteiro)	Bolachas ou Bolo Simples  Iogurte  Sobremesa: Fruta
<b>02/12</b>	<b>03/12</b>	<b>04/12</b>	<b>05/12</b>	<b>06/12</b>
Macarrão Frango Ensopado com Chuchu Beterraba Ralada  (Opção: Sopa de Frango ou Risoto)	Arroz/ Feijão Carne Moída ao Molho Brócolis Cozido Cenoura Ralada  (Opção: Sopa de Feijão ou Bolo de Carne Assado)	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado  Leite com Achocolatado  Sobremesa: Fruta	Polenta/ Arroz Carne de Panela Ensopada Abóbora Refogada Repolho  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)

#### IMPORTANTE:

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.

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 – GESTÃO CENTRALIZADA E TERCEIRIZADA

Vigência: Novembro e Dezembro de 2019

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

<b>Segunda-Feira</b>	<b>Terça-Feira</b>	<b>Quarta-Feira</b>	<b>Quinta-Feira</b>	<b>Sexta-Feira</b>
<b>09/12</b>	<b>10/12</b>	<b>11/12</b>	<b>12/12</b>	<b>13/12</b>
Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho com Batata Cenoura Ralada  (Opção: Almôndegas ao Molho Vermelho ou Polenta com Leite)	Cachorro Quente  Suco de Fruta	Macarrão Carne de Panela Ensopada com Chuchu Repolho  Sobremesa: Fruta	Bolachas ou Bolo Simples  Iogurte  Sobremesa: Fruta	

**IMPORTANTE:**

**Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.**