



PREFEITURA MUNICIPAL DE GASPAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO PARA AS UNIDADES ESCOLARES EM TEMPO INTEGRAL – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Novembro e Dezembro de 2019

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	11/11	12/11	13/11	14/11	15/11
Lanche da Manhã <i>Horário: 9:15h</i>	Bolachas Leite com Achocolatado	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Leite com Café	Torta de Legumes Leite com Café Fruta (Opção: Sopa de Legumes)	Cachorro Quente Suco de Fruta Fruta	PROCLAMAÇÃO DA REPÚBLICA
Almoço <i>Horário: 11:30h as 12:00h</i>	Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho com Batata Cenoura Ralada (Opção: Almôndegas ao Molho Vermelho ou Polenta com Leite)	Arroz/ Feijão Frango Ensopado Couve-Flor Cozida Beterraba Ralada Sobremesa: Fruta (de preferência laranja) (Opção: Risoto)	Macarrão Carne de Panela Ensopada com Chuchu Repolho (Opção: Sopa de Carne)	Carreteiro Farofa Salada Variada	
Lanche da Tarde <i>Horário: 14:45h</i>	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Leite com Café	Bolo Simples iogurte	Cachorro Quente Suco de Fruta Fruta	Torta de Legumes Leite com Café (Opção: Sopa de Legumes) Fruta	

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 EM TEMPO INTEGRAL – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Novembro e Dezembro de 2019

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	18/11	19/11	20/11	21/11	22/11
Lanche da Manhã <i>Horário: 9:15h</i>	Bolachas Leite com Café	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Leite com Achocolatado	Torta de Legumes Leite com Café Fruta (Opção: Sopa de Legumes)	Bolo de Laranja Suco de Fruta Fruta	Pão com Margarina, Doce de Fruta ou Melado logurte Fruta
Almoço <i>Horário: 11:30h as 12:00h</i>	Macarrão Carne Moída Salada de Tomate com Cebola (Opção: Almôndegas ao Molho Vermelho ou Bolo de Carne Assado)	Arroz/ Feijão Frango Ensopado Brócolis Cozido Cenoura Ralada (Opção: Sopa de Feijão ou Risoto)	Risoto Farofa Salada Variada	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)
Lanche da Tarde <i>Horário: 14:45h</i>	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Leite com Café	Torta de Legumes Leite com Café (Opção: Sopa de Legumes)	Bolo de Laranja Suco de Fruta Fruta	Pão com Margarina, Doce de Fruta ou Melado logurte Fruta	Bolachas Leite com Achocolatado Fruta

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 EM TEMPO INTEGRAL – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Novembro e Dezembro de 2019

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	25/11	26/11	27/11	28/11	29/11
Lanche da Manhã <i>Horário: 9:15h</i>	Bolachas Leite com Achocolatado	Pão com Margarina ou Doce de Fruta ou Melado Leite com Café	Torta de Legumes Leite com Café Fruta (Opção: Sopa de Legumes)	Sanduíche de Pão Dog com Carne e Tomate Suco de Fruta Fruta	Bolo Simples iogurte Fruta
Almoço <i>Horário: 11:30h as 12:00h</i>	Macarrão Frango Ensopado Beterraba Ralada (Opção: Sopa de Frango)	Arroz/ Feijão Carne Moída ao Molho com Batatas Couve-Flor Cozida (Opção: Sopa de Feijão ou Bolo de Carne Moída Assado)	Aipim/ Arroz Carne de Panela Ensopada com Chuchu Cenoura Ralada Sobremesa: Fruta (Opção: Carreteiro)	Arroz/ Feijão Omelete Salada de Repolho com Tomate	Carreteiro Farofa Salada Variada
Lanche da Tarde <i>Horário: 14:45h</i>	Pão com Margarina ou Doce de Fruta ou Melado Leite com Café	Bolo Simples iogurte	Sanduíche de Pão Dog com Carne e Tomate Suco de Fruta Fruta	Torta de Legumes Leite com Café (Opção: Sopa de Legumes) Fruta	Bolachas Leite com Achocolatado Fruta

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 EM TEMPO INTEGRAL – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Novembro e Dezembro de 2019

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	02/12	03/12	04/12	05/12	06/12
Lanche da Manhã <i>Horário: 9:15h</i>	Bolachas Leite com Café	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Leite com Acolatado	Torta de Legumes Leite com Café Fruta (Opção: Sopa de Legumes)	Bolo de Banana Suco de Fruta Fruta	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Iogurte Fruta
Almoço <i>Horário: 11:30h as 12:00h</i>	Macarrão Frango Ensopado com Chuchu Beterraba Ralada (Opção: Sopa de Frango)	Arroz/ Feijão Carne Moída ao Molho Brócolis Cozido Cenoura Ralada (Opção: Sopa de Feijão ou Bolo de Carne Assado)	Risoto Farofa Salada Variada	Polenta/ Arroz Carne de Panela Ensopada Abóbora Refogada Repolho Sobremesa: Fruta (Opção: Carreteiro)	Arroz/ Feijão Batata Sauté Peixe Assado Salada de Tomate com Cebola Sobremesa: Fruta (de preferência laranja) (Opção: Caldo de Peixe ou Peixe Ensopado)
Lanche da Tarde <i>Horário: 14:45h</i>	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Leite com Acolatado	Torta de Legumes Leite com Café (Opção: Sopa de Legumes)	Bolo de Banana Suco de Fruta Fruta	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Iogurte Fruta	Bolachas Leite com Café Fruta

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 EM TEMPO INTEGRAL – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Novembro e Dezembro de 2019

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	09/12	10/12	11/12	12/12	13/12
Lanche da Manhã <i>Horário: 9:15h</i>	Bolachas Leite com Achocolatado	Cachorro Quente Suco de Fruta	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Leite com Café Fruta	Bolo Simples Iogurte Fruta	
Almoço <i>Horário: 11:30h as 12:00h</i>	Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho com Batata Cenoura Ralada (Opção: Almôndegas ao Molho Vermelho ou Polenta com Leite)	Arroz/ Feijão Frango Ensopado Couve-Flor Cozida Beterraba Ralada Sobremesa: Fruta (de preferência laranja) (Opção: Risoto)	Macarrão Carne de Panela Ensopada com Chuchu Repolho (Opção: Sopa de Carne)	Carreteiro Farofa Salada Variada	
Lanche da Tarde <i>Horário: 14:45h</i>	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Leite com Café	Bolo Simples Iogurte	Cachorro Quente Suco de Fruta Fruta	Bolachas Leite com Achocolatado Fruta	

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