



PREFEITURA MUNICIPAL DE GASPAR

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO PARA AS UNIDADES ESCOLARES – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Março de 2020

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>09/03</b>   | <b>10/03</b>   | <b>11/03</b>  | <b>12/03</b>   | <b>13/03</b>  |
| Macarrão<br>Frango Ensopado<br>Salada de Repolho com<br>Tomate<br><br>(Opção: Sopa de Frango ou<br>Risoto) | Arroz/ Feijão<br>Carne Moída ao Molho com<br>Batatas<br>Couve-Flor Cozida<br><br>(Opção: Sopa de Feijão ou<br>Bolo de Carne Moída<br>Assado) | Sanduíche de Pão Dog com<br>Carne e Tomate<br><br>Suco de Fruta<br><br>Sobremesa: Fruta | Aipim/ Arroz<br>Carne de Panela Ensopada<br>com Chuchu<br>Beterraba Ralada<br><br>Sobremesa: Fruta<br><br>(Opção: Carreteiro)                        | Bolachas<br><br>Leite com Achocolatado<br><br>Sobremesa: Fruta  |
| <b>16/03</b>   | <b>17/03</b>   | <b>18/03</b>  | <b>19/03</b>   | <b>20/03</b>  |
| Macarrão<br>Frango Ensopado com<br>Chuchu<br>Beterraba Ralada<br><br>(Opção: Sopa de Frango ou<br>Risoto)  | Arroz/ Feijão<br>Carne Moída ao Molho<br>Brócolis Cozido<br>Cenoura Ralada<br><br>(Opção: Sopa de Feijão ou<br>Bolo de Carne Assado)         | <b>Emancipação do Município<br/>de Gaspar</b>   | Polenta/ Arroz<br>Carne de Panela Ensopada<br>Abóbora Refogada<br>Repolho<br><br>Sobremesa: Fruta<br><br>(Opção: Carreteiro ou<br>Polenta com Leite) | Arroz/ Feijão<br>Batata Sauté<br>Peixe Assado<br>Salada de Tomate com<br>Cebola<br><br>Sobremesa: Fruta (de<br>preferência laranja)<br><br>(Opção: Caldo de Peixe ou<br>Peixe Ensopado) |

**IMPORTANTE:**

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE GASPAR

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO PARA AS UNIDADES ESCOLARES – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Março de 2020

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>23/03</b>   | <b>24/03</b>  | <b>25/03</b>  | <b>26/03</b>   | <b>27/03</b>  |
| Polenta/ Arroz<br>Carne Moída ao Molho com<br>Batata<br>Cenoura Ralada<br><br>(Opção: Almôndegas ao<br>Molho Vermelho ou Polenta<br>com Leite) | Macarrão<br>Carne de Panela Ensopada<br>com Chuchu<br>Repolho<br><br>(Opção: Carreteiro)                                    | Cachorro Quente<br><br>Suco de Fruta<br><br>Sobremesa: Fruta  | Arroz/ Feijão<br>Farofa<br>Frango Ensopado<br>Couve-Flor Cozida<br>Beterraba Ralada<br><br>Sobremesa: Fruta (de<br>preferência laranja)<br><br>(Opção: Risoto) | Bolachas<br><br>Leite com Achocolatado<br><br>Sobremesa: Fruta  |
| <b>30/03</b>   | <b>31/03</b>  | <b>01/04</b>  | <b>02/04</b>   | <b>03/04</b>  |
| Macarrão<br>Carne Moída<br>Salada de Tomate com<br>Cebola<br><br>(Opção: Almôndegas ao<br>Molho Vermelho ou Bolo de<br>Carne Assado)           | Arroz/ Feijão<br>Farofa<br>Frango Ensopado<br>Brócolis Cozido<br>Cenoura Ralada<br><br>(Opção: Sopa de Feijão ou<br>Risoto) | Pão Fatiado com Margarina,<br>Doce de Fruta ou Melado<br><br>Leite com Achocolatado<br><br>Sobremesa: Fruta | Polenta/ Arroz<br>Carne de Panela Ensopada<br>Beterraba Cozida<br>Repolho<br><br>Sobremesa: Fruta<br><br>(Opção: Sopa de Carne ou<br>Polenta com Leite)        | Arroz/ Feijão<br>Peixe Assado<br>Salada de Batata com<br>Chuchu<br><br>Sobremesa: Fruta (de<br>preferência laranja)<br><br>(Opção: Caldo de Peixe ou<br>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



PREFEITURA MUNICIPAL DE GASPAR

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE CARDÁPIO PARA AS UNIDADES ESCOLARES – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Março de 2020

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>06/04</b>   | <b>07/04</b>   | <b>08/04</b>  | <b>09/04</b>  | <b>10/04</b>            |
| Macarrão<br>Frango Ensopado<br>Salada de Repolho com<br>Tomate<br><br>(Opção: Sopa de Frango ou<br>Risoto) | Arroz/ Feijão<br>Carne Moída ao Molho com<br>Batatas<br>Couve-Flor Cozida<br><br>(Opção: Sopa de Feijão ou<br>Bolo de Carne Moída<br>Assado) | Sanduíche de Pão Dog com<br>Carne e Tomate<br><br>Suco de Fruta<br><br>Sobremesa: Fruta | Aipim/ Arroz<br>Carne de Panela Ensopada<br>com Chuchu<br>Beterraba Ralada<br><br>Sobremesa: Fruta<br><br>(Opção: Carreteiro) | <b>Paixão de Cristo</b> |

**IMPORTANTE:**

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