



PREFEITURA MUNICIPAL DE GASPAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO PARA AS UNIDADES ESCOLARES EM TEMPO INTEGRAL – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Março de 2020

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	09/03	10/03	11/03	12/03	13/03
Lanche da Manhã <i>Horário: 9:15h</i>	Bolachas Leite com Achromatado	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: Carreiteiro)	Arroz/ Feijão Omelete Salada de Repolho com Tomate	Carreiteiro 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 Achromatado Fruta

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 EM TEMPO INTEGRAL – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Março de 2020

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	16/03	17/03	18/03	19/03	20/03
Lanche da Manhã <i>Horário: 9:15h</i>	Bolachas Leite com Café	Pão Fatiado com Margarina, Doce de Fruta ou Melado Leite com Achocolatado	Emancipação do Município de Gaspar	Bolachas Suco de Fruta Fruta	Bolo de Banana 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)		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 Achocolatado	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.



PREFEITURA MUNICIPAL DE GASPAR

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO PARA AS UNIDADES ESCOLARES EM TEMPO INTEGRAL – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Março de 2020

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	23/03	24/03	25/03	26/03	27/03
Lanche da Manhã <i>Horário: 9:15h</i>	Bolachas Leite com Acolatado	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	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	Arroz/ Feijão Omelete com Legumes Salada de Tomate com Cebola
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	Bolachas Leite com Acolatado Fruta

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 EM TEMPO INTEGRAL – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Março de 2020

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	30/03	31/03	01/04	02/04	03/04
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 Iogurte 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 Iogurte Fruta	Bolachas Leite com Achocolatado Fruta

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 EM TEMPO INTEGRAL – GESTÃO CENTRALIZADA

Vigência: Março de 2020

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-Feira
	06/04	07/04	08/04	09/04	10/04
Lanche da Manhã <i>Horário: 9:15h</i>	Bolachas Leite com Achromatado	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	Paixão de Cristo
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	
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	

IMPORTANTE:

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

Nutricionistas: Karla Medeiros Luiz López – CRN 1268