

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

**Cardápio:** Ensino Fundamental  
**Zona:** Urbana  
**Faixa Etária:** Acima de 5 anos  
**Período:** Parcial



**out/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 02/out	<b>3ª FEIRA</b> 03/out	<b>4ª FEIRA</b> 04/out	<b>5ª FEIRA</b> 05/out	<b>6ª FEIRA</b> 06/out
<b>Lanche Matutino</b> *9h - 10h	Macarrão/Arroz Carne Moida <b>Saladas:</b> Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de couve Frango Refogado <b>Salada:</b> Repolho	Pão Caseiro com Ovo Mexido  Suco de Fruta	Polenta/ Arroz Carne de Panela Ensopada <b>Salada:</b> Brócolis Cozido Cenoura ralada	Arroz/ Feijão Farofa com abobrinha ralada Frango assado <b>Salada:</b> Beterraba cozida Alface
<b>Lanche Vespertino</b> *14h30 - 15h30	Laranja	<b>(Opção: Risoto)</b>	Banana	Tangerina/Pokan	

Tatiane Wosnes  
 CRN 2070

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

\* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda evitando aglomerações.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

**Cardápio:** Ensino Fundamental  
**Zona:** Urbana  
**Faixa Etária:** Acima de 5 anos  
**Período:** Parcial



**out/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 09/out	<b>3ª FEIRA</b> 10/out	<b>4ª FEIRA</b> 11/out	<b>5ª FEIRA</b> 12/out	<b>6ª FEIRA</b> 13/out
<b>Lanche Matutino</b> *9h-10h	Polenta/ Arroz Frango Ensopado <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/Feijão Batata Doce assada Carne de Panela Ensopada <b>Salada:</b> Beterraba cozida	Pão de Hamburguer com hamburguer caseiro assado, alface e tomate	<b>Feriado</b> <b>Padroeira do Brasil</b>	
<b>Lanche Vespertino</b> *14h30 - 15h30	Maçã <b>(Opção:</b> Polenta com Leite)	Pepino	Suco de Frutas  Pipoca  Melancia		

Tatiane Wosnes  
 CRN 2070

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

\* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda evitando aglomerações.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

**Cardápio:** Ensino Fundamental  
**Zona:** Urbana  
**Faixa Etária:** Acima de 5 anos  
**Período:** Parcial



**out/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 16/out	<b>3ª FEIRA</b> 17/out	<b>4ª FEIRA</b> 18/out	<b>5ª FEIRA</b> 19/out	<b>6ª FEIRA</b> 20/out
<b>Lanche Matutino</b> *9h- 10h	Polenta/Arroz Carne Moida <b>Salada:</b> Chuchu com cebola	Arroz/ Feijão Omelete assado com legumes (cenoura, brócolis, tomate e abobrinha ralada)	Pão Fatiado com Doce de Frutas Chocolate Gelado ou Quente (Leite com Chocolate 50% cacau)	Aipim e Arroz Carne de Panela Ensopada  <b>Salada:</b> Couve Flor Alface	Arroz/ Feijão Pure de Batata Peixe Assado <b>Salada:</b> Repolho Cenoura Cozida
<b>Lanche Vespertino</b> *14h30 - 15h30	Melancia	<b>Salada:</b> Repolho	Banana	Melancia	Tangerina/Pokan  (Opção: Peixe ao molho sugo ou bolinho de peixe assado)

Tatiane Wosnes  
 CRN 2070

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

\* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda evitando aglomerações.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

**Cardápio:** Ensino Fundamental  
**Zona:** Urbana  
**Faixa Etária:** Acima de 5 anos  
**Período:** Parcial



**out/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 23/out	<b>3ª FEIRA</b> 24/out	<b>4ª FEIRA</b> 25/out	<b>5ª FEIRA</b> 26/out	<b>6ª FEIRA</b> 27/out
<b>Lanche Matutino</b> *9h - 10h	Macarrão/Arroz Carne Moída com Molho <b>Salada:</b> Pepino	Arroz/ Feijão Picadinho de Frango refogado com legumes (cenoura, Chuchu, vagem, cheiro verde)	Sanduíche de Pão Dog com Carne Moída Refogada  Suco de Frutas	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas <b>Salada:</b> Tomate com cebola Alface	Bolo de Cenoura  Iogurte
<b>Lanche Vespertino</b> *14h30 - 15h30	(Opção: Sopa de Carne com Legumes e Aletria)	<b>Saladas:</b> Repolho	Banana	<b>Sobremesa:</b> Maçã  (Opção: Carreteiro)	Melancia

Tatiane Wosnes  
CRN 2070

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

\* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda evitando aglomerações.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

**Cardápio:** Ensino Fundamental  
**Zona:** Urbana  
**Faixa Etária:** Acima de 5 anos  
**Período:** Parcial



**out/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 30/out	<b>3ª FEIRA</b> 31/out	<b>4ª FEIRA</b> 01/nov	<b>5ª FEIRA</b> 02/nov	<b>6ª FEIRA</b> 03/nov
<b>Lanche Matutino</b> *9h - 10h	Polenta/Arroz Carne Moida <b>Saladas:</b> Repolho e Cenoura ralada	Arroz/ Feijão Farofa de couve Sobrecoxa de Frango Assada	Pão Fatiado com Manteiga Chocolate Gelado (Leite com Chocolate 50% cacau)	<b>Feriado</b>  <b>Finados</b>	Arroz Vaca atolada (aipim com carne de panela ensopada) <b>Salada:</b> Beterraba cozida Pepino
<b>Lanche Vespertino</b> *14h30 - 15h30	Maçã	<b>Salada:</b> Chuchu com cebola e cheiro verde	Banana		Melancia

**Tatiane Wosnes**  
CRN 2070

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

\* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda evitando aglomerações.