

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

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

EEB Rudolfo Gunther



nov/23

	2ª FEIRA 06/nov	3ª FEIRA 07/nov	4ª FEIRA 08/nov	5ª FEIRA 09/nov	6ª FEIRA 10/nov
Lanche da Manhã * 8h30	Biscoito de Polvilho Leite Gelado ou Quente com chocolate 50% cacau Maçã	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas Banana	Pão Caseiro de Aveia Ovos mexidos Suco de Laranja Mamão Picadinho	Pão Caseiro com Doce de Frutas Leite com café Laranja	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Suco de Frutas Melancia
Almoço *11h30 as 12h	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu Salada: Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de cenoura ralada Carne Moída Salada: Brócolis Cozido e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa de Couve picanha Frango Ensopado Salada: Cenoura Cozida Repolho	Arroz/ Feijão Vaca Atolada (Carne de Panela com aipim) Salada: Alface e Tomate	Arroz/ Feijão Purê de Batata Peixe assado Salada: Tomate com Cebola
Lanche da Tarde *14h30	Polenta Carne Moida Salada: Repolho e Tomate	Pão de Aveia com manteiga e Doce de Frutas Suco de Frutas	Macarrão Carne Moida Salada: Couve flor e Cenoura	Pão Caseiro Ovos Mexidos Suco de Frutas	Bolo de Cenoura Leite com chocolate 50% cacau

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: Integral

EEB Rudolfo Gunther



nov/23

	2ª FEIRA 13/nov	3ª FEIRA 14/nov	4ª FEIRA 15/nov	5ª FEIRA 16/nov	6ª FEIRA 17/nov
Lanche da Manhã * 8h30	Bisoito de Polvilho Leite com café Maçã (Opção: suco de frutas)	Pão Caseiro com Doce de Frutas Suco de Frutas Banana		Biscoito de Polvilho Leite com café Melancia	Pão pizza (Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de Abacaxi Mamão
Almoço *11h30 as 12h	Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Chuchu Cozido Tomate	Arroz/Feijão Frango Ensopado Salada: Couve flor e Pepino	Feriado Proclamação Republica	Arroz/Feijão Carne Moida com Batatas Salada: Tomate Pepino	Arroz/ Feijão Omelete com legumes (cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate picadinho) Salada: Repolho
Lanche da Tarde *14h30	Risoto Salada: Repolho e Tomate	Pão de Aveia com manteiga e Doce de Frutas Suco de Frutas		Torta de Legumes e Frango Suco de Frutas	Macarrão Carne Moida Salada mista

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: Integral

EEB Rudolfo Gunther



nov/23

	2ª FEIRA 20/nov	3ª FEIRA 21/nov	4ª FEIRA 22/nov	5ª FEIRA 23/nov	6ª FEIRA 24/nov
Lanche da Manhã * 8h30	Biscoito de Polvilho Leite com chocolate 50% cacau Maçã	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga e Queijo Suco de Abacaxi Banana	Pão Caseiro com Doce de Frutas Suco de Frutas Melancia	Pão hot dog Ovos mexidos Suco de Laranja Mamão	Pão de x salada Hamburguer Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva
Almoço *11h30 as 12h	Polenta/ Arroz Frango Ensopado Salada: Beterraba Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Batata Doce assada Carne de Panela com Molho Salada: Repolho e Tomate	Arroz/Feijão Frango em cubos ao molho sugo Salada: Vagem Cozida e cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas Salada: Couve-Flor Cozida Alface	Arroz/ Feijão Purê de Batata Frango Assado Salada: Tomate com Cebola
Lanche da Tarde *14h30	Risoto Salada: repolho	Pão Caseiro com Manteiga ou Doce de Frutas Leite com café	Pão Caseiro com ovos mexidos Suco de Uva	Arroz/Polenta Carne Moida Salada: Tomate e Cebola	Macarrão Carne Moida Salada mista

Tatiane Wosnes
CRN 2070

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

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

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

EEB Rudolfo Gunther



nov/23

	2ª FEIRA 27/nov	3ª FEIRA 28/nov	4ª FEIRA 29/nov	5ª FEIRA 30/nov	6ª FEIRA 01/dez
Lanche da Manhã * 8h30	Biscoito de Polvilho Leite com café Maçã	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas Banana	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Frutas Melancia	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas Suco de Frutas Mamão	Pão Caseiro com manteiga Suco de Uva Mamão
Almoço *11h30 as 12h	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Cenoura Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de Cenoura ralada Sobrecoca de Frango Assada Salada: Beterraba Cozida	Arroz/Polenta Carne Desfiada com Molho e Chuchu Salada: Pepino e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Abóbora Refogada Salada: Acelga	Arroz/ Feijão Ovo mexido Salada: Tomate e Repolho
Lanche da Tarde *14h30	Polenta Sobrecoca Ensopada Salada: repolho	Pão Caseiro com Manteiga ou Doce de Frutas Leite com café	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Pepino e Beterraba	Bolo de Milho Suco de Frutas	Pão de x salada Hamburguer caseiro assado Tomate e alface Suco de uva Pipoca

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: Integral

EEB Rudolfo Gunther



dez/23

	2ª FEIRA 04/dez	3ª FEIRA 05/dez	4ª FEIRA 06/dez	5ª FEIRA 07/dez	6ª FEIRA 08/dez
Lanche da Manhã * 8h30	Biscoito de polvilho Leite Maçã picadinha	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas Banana	Pão Caseiro com Queijo Suco de Uva Mamão	Pão Caseiro com Doce de Frutas Leite com café Melão picadinho	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Suco de Frutas Melancia
Almoço *11h30 as 12h	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu Salada: Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de cenoura ralada Carne Moída Salada: Alface e Tomate	Arroz/Feijão Farofa de abobrinha Sobrecoca de Frango assada Salada: Repolho e Cenoura	Polenta / Arroz Carne de Panela Farofa de couve picadinha Salada: Brócolis Cozido Beterraba	Arroz/ Feijão Purê de Batata Sobrecoca de Frango assada Salada: Tomate com Cebola
Lanche da Tarde *14h30	Polenta Sobrecoca Ensopada Salada: repolho	Pão Caseiro com Manteiga ou Doce de Frutas Leite com café	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Pepino e Beterraba	Pão com manteiga e Queijo Suco de Frutas	Bolo de Chocolate Suco de Frutas

Tatiane Wosnes
CRN 2070

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

Cardápio: Ensino Fundamental

Zona: Urbana

Faixa Etária: Acima de 5 anos

Período: Integral

EEB Rudolfo Gunther



dez/23

	2ª FEIRA 11/dez	3ª FEIRA 12/dez	4ª FEIRA 13/dez	5ª FEIRA 14/dez	6ª FEIRA 15/dez
Lanche da Manhã * 8h30	Biscoito de Polvilho Leite com chocolate 50% cacau Maçã picadinha	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas Suco de Frutas Salada de Frutas			
Almoço *11h30 as 12h	Polenta/ Arroz Carne Moida Salada: Chuchu Cozido Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Sobrecoca Ensopada Salada: Tomate Pepino			
Lanche da Tarde *14h30	Pão Caseiro com Manteiga ou Doce de Frutas Leite com café	Bolo de Chocolate Suco de Frutas			

Tatiane Wosnes
CRN 2070