



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL EMEF CÍCERO
PRÉS: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Fevereiro/Março 2025

1ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		17/02	18/02	19/02	20/02	21/02
TURNO INTEGRAL Kcal: 1460,98 Ptn: 82,24 Lip: 43,42 Cho: 189,07	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20				Cereal matinal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, cacau, canela, etc) Banana	Bolacha caseira Café com leite Banana
	ALMOÇO 10h30	-	-	-	Galinhada (peito de frango) Feijão preto Mix de repolho verde e beterraba ralados Banana	Massa parafuso com carne moída (bovina) Feijão preto Milho cozido Repolho verde ralado e beterraba cozida Banana
	LANCHE 13h30				Banana	Banana
	CAFÉ DA TARDE 16h30				Galinhada (peito de frango) Feijão preto Mix de repolho verde e beterraba ralados	Massa parafuso com carne moída (bovina) Feijão preto Milho cozido Repolho verde ralado e beterraba cozida

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTAS QTs Jaqueline Menti Boff / Lisângela Aparecida de Vargas / Viviane Andrade Aveline
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL EMEF CÍCERO
PRÉS: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Fevereiro/Março 2025

2ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		24/02	25/02	26/02	27/02	28/02
TURNO INTEGRAL Kcal: 1260,94 Ptn: 59,70 Lip: 41,87 Cho: 168,98	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Bolacha caseira ou bolacha Maria Leite com cacau Banana	Pão caseiro com margarina Leite com cacau Manga picada	Bolo de cacau com mel Café com leite Banana	Pão com omelete Leite com cacau Abacaxi picado	Cereal matinal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, cacau, canela, etc) Banana
	ALMOÇO 10h30	Massa parafuso com molho de atum Repolho verde e cenoura ralados Abacaxi picado	Galinhada (peito de frango) Feijão preto Alface	Massa espaguete com carne moída (bovina) Feijão preto Abobrinha	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Repolho verde e cenoura ralados	Polenta Carne moída (bovina) Feijão preto Abobrinha
	LANCHE 13h30	Banana	Manga picada	Banana	Abacaxi picado	Banana
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Massa parafuso com molho de atum Repolho verde e cenoura ralados Abacaxi picado	Pão caseiro com margarina Leite com cacau Manga picada	Massa espaguete com carne moída (bovina) Feijão preto Abobrinha Banana	Bolo de cacau com mel Chá gelado de camomila Abacaxi picado	Polenta Carne moída (bovina) Feijão preto Abobrinha Banana

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTAS QTs Jaqueline Menti Boff / Lisângela Aparecida de Vargas / Viviane Andrade Aveline
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL EMEF CÍCERO
PRÉS: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Fevereiro/Março 2025

3ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		03/03	04/03	05/03	06/03	07/03
TURNO INTEGRAL Kcal: 1355,86 Ptn: 64,24 Lip: 34,89 Cho: 200,68	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20			Cereal matinal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, cacau, canela, etc) Banana	Bolacha caseira ou bolacha Maria Leite com cacau Pera	Pão caseiro com margarina Café com leite Banana
	ALMOÇO 10h30	-	-	Arroz parboilizado Feijão preto Aipim cozido Ovo picado com milho Abobrinha Abacaxi picado	Lasanha de carne moída (bovina) Arroz parboilizado Feijão preto Alface e abobrinha	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Repolho verde ralado
	LANCHE 13h30			Banana	Pera	Banana
	CAFÉ DA TARDE 16h30			Arroz parboilizado Feijão preto Aipim cozido Ovo picado com milho Abobrinha Abacaxi picado	Lasanha de carne moída (bovina) Arroz parboilizado Feijão preto Alface e abobrinha Pera	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Repolho verde ralado Banana

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTAS QTs Jaqueline Menti Boff / Lisângela Aparecida de Vargas / Viviane Andrade Aveline
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL EMEF CÍCERO
PRÉS: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Fevereiro/Março 2025

4ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		10/03	11/03	12/03	13/03	14/03
TURNO INTEGRAL Kcal: 1265,49 Ptn: 61,57 Lip: 39,96 Cho: 170,90	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Bolacha Maria Leite com cacau Banana	Pão caseiro com omelete Leite com cacau Mamão	Bolo de cacau com mel Café com leite Maçã	Pão caseiro com omelete Leite com cacau Banana	Pão caseiro com geleia de banana Leite com cacau Melão
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata Ovo picado com milho Repolho verde e cenoura ralados Abacaxi picado	Arroz parboilizado Lentilha (com cenoura, milho, batata, abobrinha picadinha) Filé de frango (peito) Alface	Massa espaguete com carne moída (bovina) Feijão preto Cenoura e couve-flor cozida	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Repolho verde e cenoura ralados	Polenta Carne moída (bovina) Feijão preto Alface
	LANCHE 13h30	Banana	Mamão	Maçã	Banana	Melão
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata Ovo picado com milho Repolho verde e cenoura ralados Abacaxi picado	Bolo de cacau com mel Chá gelado de camomila Mamão	Massa espaguete com carne moída (bovina) Feijão preto Cenoura e couve-flor cozida Maçã	Pizza de frango (peito de frango) Suco de uva Banana	Polenta Carne moída (bovina) Feijão preto Alface Melão

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTAS QTs Jaqueline Menti Boff / Lisângela Aparecida de Vargas / Viviane Andrade Aveline
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL EMEF CÍCERO
PRÉS: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Fevereiro/Março 2025

5ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		17/03	18/03	19/03	20/03	21/03
TURNO INTEGRAL Kcal: 1215,97 Ptn: 57,12 Lip: 39,73 Cho: 165	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Cereal matinal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, cacau, canela, etc) Banana	Pão caseiro com margarina Leite com cacau Maçã	Bolo de fubá Leite com cacau Banana	Pão caseiro com omelete Leite com cacau Manga picada	Pizza de atum Café com leite Melão
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Aipim cozido Ovo picadinho Repolho verde ralado Mamão picado	Galinhada (peito de frango) Feijão preto Alface e tomate	Polenta Carne moída (bovina) Feijão carioca Alface e vagem	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Repolho verde ralado	Massa parafuso com carne moída (bovina) Feijão preto Beterraba cozida
	LANCHE 13h30	Banana	Maçã	Banana	Manga picada	Melão
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Aipim cozido Ovo picadinho Repolho verde ralado Mamão picado	Bolo de fubá Leite com cacau Maçã	Polenta Carne moída (bovina) Feijão carioca Alface e vagem Banana	Pão caseiro com margarina Leite com cacau Manga picada	Massa parafuso com carne moída (bovina) Feijão preto Beterraba cozida Melão picado

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)
Sujeito a alterações com ciência do nutricionista. Segunda sem carne.

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTAS QTs Jaqueline Menti Boff / Lisângela Aparecida de Vargas / Viviane Andrade Aveline
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL EMEF CÍCERO
PRÉS: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Fevereiro/Março 2025

6ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		24/03	25/03	26/03	27/03	28/03
TURNO INTEGRAL Kcal: 1213,80 Ptn: 65,86 Lip: 33,46 Cho: 168,10	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Bolacha Maria integral Leite com cacau Banana	Pão caseiro com omelete Leite com cacau Manga picada	Bolo de cacau com mel Café com leite Pera	Pão caseiro com omelete Leite com cacau Banana	Pão caseiro com geleia de banana Leite com cacau Mamão picado
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Salada portuguesa* (batata inglesa, ovo picadinho, cebola, tomate, atum) Mamão picado	Arroz parboilizado Feijão preto Peito de frango desfiado com molho branco Alface	Massa espaguete com carne moída (bovina) Feijão preto Beterraba	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Cenoura ralada	Polenta Carne moída (frango) Feijão preto Repolho verde ralado
	LANCHE 13h30	Banana	Manga picada	Pera	Banana	Mamão picado
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Salada portuguesa* (batata inglesa, ovo picadinho, cebola, tomate, atum) Mamão picado	Bolo de cacau com mel Chá gelado de camomila Manga	Massa espaguete com carne moída (bovina) Feijão preto Beterraba Pera	Pizza de atum Suco de uva Banana	Polenta Carne moída (frango) Feijão preto Repolho verde ralado Mamão picado

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTAS QTs Jaqueline Menti Boff / Lisângela Aparecida de Vargas / Viviane Andrade Aveline
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085

The background of the entire page is a repeating pattern of various fruits including watermelon slices, lemons, apples, and cherries. The fruits are rendered in a simple, colorful, cartoonish style. A light yellow rectangular box is centered in the upper half of the page, and a light pink rectangular box is centered in the lower half, both containing text.

RECEITAS DO MÊS

<https://youtube.com/@setordenutricaoasmecapaodac9437>

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

Para estudantes com necessidade de alimentação especial, o Setor de Nutrição deve ser informado via 1doc com o laudo da doença (diabetes, hipertensão, intolerância à lactose, alergia ao leite, etc) e demais informações necessárias para formular as adaptações no cardápio após combinações com a família/responsável do estudante. Além disso, temos o material “Necessidades Alimentares Especiais - caderno de referência para escolas municipais de Capão da Canoa”, um guia para que a comunidade escolar conheça e entenda sobre o assunto.