



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

Junho 2025

16ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		02/06	03/06	04/06	05/06	06/06
TURNO MANHÃ Kcal: Ptn: Lip: Cho: Ca: Fe: Vit. A: Vit. C:	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Cereal matinal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, cacau, canela, etc) Banana	Pão caseiro com margarina Leite quente com cacau Bergamota	Bolo de laranja Vitamina de banana	Pão caseiro com geleia de banana ou mel Leite quente com cacau Manga	Pão caseiro com omelete Café com leite Bergamota
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata inglesa cozida Ovo picado Tomate e cebola Suco de laranja	Polenta recheada com frango Feijão preto Carne moída (frango) Chuchu	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Beterraba	Massa espaguete com carne moída (bovina) Feijão preto Repolho verde	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída (frango) Chuchu
	LANCHE 13h30	Banana	Caqui	Banana	Manga	Caqui
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata inglesa cozida Ovo picado Tomate e cebola Suco de laranja Banana	Pão caseiro com margarina leite quente com cacau Bergamota	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Beterraba Banana	Bolo de laranja Leite quente com cacau Manga	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída (frango) Chuchu

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

Junho 2025

17ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		09/06	10/06	11/06	12/06	13/06
TURNO MANHÃ Kcal: Ptn: Lip: Cho: Ca: Fe: Vit. A: Vit. C:	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Cereal matinal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, cacau, canela, etc) Banana	Pão caseiro com omelete Leite quente com cacau Maçã	Bolo mesclado com mel e cacau Leite quente com cacau Bergamota	Mingau de aveia com Banana	Pão caseiro com omelete Café com leite Bergamota
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de aipim Omelete Couve-folha Suco de laranja	Massa parafuso com carne moída (bovina) Feijão preto Brócolis e couve-flor	Carreteiro (cubos bovino) Feijão preto Alface	Arroz parboilizado Feijão carioca Carne moída (frango) Couve-folha	Polenta Feijão preto Carne moída (frango) Brócolis
	LANCHE 13h30	Banana	Maçã	Bergamota	Banana	Bergamota
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de aipim Omelete Couve-folha Suco de laranja Banana	Pão caseiro com omelete Leite quente com cacau Maçã	Carreteiro (cubos bovino) Feijão preto Alface Bergamota	Bolo mesclado com mel e cacau chocolate quente Banana	Sopa de legumes (cenoura, brócolis, couve, batata, chuchu, massa, cubos bovinos) Bergamota

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

Junho 2025

18ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		16/06	17/06	18/06	19/06	20/06
TURNO MANHÃ Kcal: Ptn: Lip: Cho: Ca: Fe: Vit. A: Vit. C:	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Bolacha integral salgada Leite quente com cacau Banana	Pão caseiro com omelete Leite quente com cacau Maçã	Bolo mesclado com mel e cacau Leite quente com cacau Bergamota	-	-
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata doce cozida Ovo picado Repolho verde Suco de maracujá	Arroz parboilizado Lentilha Carne moída (frango) Chuchu	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Tomate e repolho		
	LANCHE 13h30	Banana	Maçã	Bergamota		
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata doce cozida Ovo picado Repolho verde Suco de maracujá Banana	Arroz parboilizado Lentilha Carne moída (frango) Chuchu Maçã	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Tomate e repolho Bergamota		

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

Junho 2025

19ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		23/06	24/06	25/06	26/06	27/06
TURNO MANHÃ Kcal: Ptn: Lip: Cho: Ca: Fe: Vit. A: Vit. C: 	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Bolacha integral salgada Leite com cacau Banana	Pão caseiro com margarina Leite quente com cacau Bergamota	Bolo de laranja Leite quente com cacau Manga	Pão caseiro com omelete Café com leite Maçã	Pão caseiro com omelete Café com leite Bergamota
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata inglesa Ovo picado Chuchu Suco de laranja	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída (frango) Beterraba Sobremesa: sagu de suco de uva	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Alface	Massa espaguete com carne moída (bovina) Repolho verde	Polenta Feijão preto Carne moída (frango) Alface
	LANCHE 13h30	Banana	Bergamota	Manga	Maçã	Bergamota
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata inglesa Ovo picado Chuchu Suco de laranja Banana	Pão caseiro com margarina Leite com cacau Bergamota	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Alface Manga	Pinhão cozido Pipoca Quentão de suco Maçã	Polenta Feijão preto Carne moída (frango) Alface Bergamota

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 and vegetables. It includes whole lemons, orange slices, strawberries, bananas, and carrots, all rendered in a simple, cartoonish style with thick outlines and flat colors. The pattern is set against a light beige background.

RECEITAS DO MÊS

<https://youtube.com/@setordenutricaoismecapaodac9437>

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.