



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

CARDÁPIO TURNO PARCIAL  
PRÉS E MATERNAL 2: FAIXA ETÁRIA 3 A 5 ANOS

Junho 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		01/06	02/06	03/06	04/06	05/06
<b>TURNO MANHÃ</b>  Kcal: 702,02 Ptn: 31,02 g Lip: 20,88 g Cho: 102,75 g	<b>CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20</b>	Bolacha salgada integral Leite com cacau Banana	Pão caseiro com ovo mexido/omelete Leite com cacau Bergamota	Bolo mesclado Leite com cacau Maçã	Feriado	Feriado
	<b>ALMOÇO 11h</b>	Arroz parboilizado Lentilha Purê de moranga Farofinha de ovo Beterraba cozida Suco de laranja	Arroz parboilizado Feijão preto Guisado (moída de frango) Rúcula e tomate	Massa parafuso à bolonhesa (moída bovina) Feijão preto Brócolis e couve flor		
<b>TURNO TARDE</b>  Kcal: 632,07 Ptn: 28,44 g Lip: 17,88 g Cho: 93,54 g	<b>LANCHE 14h30</b>	Batida de frutas (maçã e banana)	Pão caseiro Leite com cacau Bergamota	Bolo mesclado Leite com cacau Maçã		
	<b>PRÉ JANTA 16h30</b>	Sopa de lentilha (moranga, cenoura, cebola + cabelinho de anjo) Farofinha de ovo Suco de laranja Banana	Arroz parboilizado Feijão preto Guisado (moída de frango) Rúcula e tomate	Massa parafuso à bolonhesa (moída bovina) Feijão preto Brócolis e couve flor		

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  
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 PARCIAL  
PRÉS E MATERNAL 2: FAIXA ETÁRIA 3 A 5 ANOS

Junho 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		08/06	09/06	10/06	11/06	12/06
<b>TURNO MANHÃ</b>  Kcal: 618,81 Ptn: 30,14 g Lip: 16,48 g Cho: 91,81 g	<b>CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20</b>	Cereal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, canela, etc) <b>Banana</b>	Bolo da Marieta* Batida de frutas (mamão e banana) <b>Maçã</b>	Pão 50% integral com omelete/ovo mexido Leite com cacau <b>Banana</b>	Pão caseiro com geleia e/ou mel Leite com cacau <b>Bergamota</b>	Pão batido com pastinha de atum Leite com cacau <b>Mamão</b>
	<b>ALMOÇO 11h</b>	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de aipim Omelete de forno <b>Repolho e cenoura</b> Suco de limão	Arroz parboilizado Feijão preto Cubos de frango (peito) com legumes (cenoura + vagem + brócolis)	Arroz parboilizado Feijão preto Estrogonofe (cubos bovinos) <b>Beterraba cozida</b>	Escondidinho de aipim com frango (moída de frango) Feijão preto <b>Brócolis</b>	Polenta Feijão preto Picadinho de carne (cubos suíno) <b>Repolho e cenoura</b>
<b>TURNO TARDE</b>  Kcal: 544,12 Ptn: 28,66 g Lip: 14,72 g Cho: 79,06 g	<b>LANCHE 14h30</b>	Batida de frutas (mamão e banana)	Leite com cacau <b>Banana</b>	Pão 50% integral Leite com cacau <b>Banana</b>	Leite com cacau <b>Bergamota</b>	Pão batido com pastinha de atum Leite com cacau <b>Mamão</b>
	<b>PRÉ JANTA 16h30</b>	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de aipim Omelete de forno <b>Repolho e cenoura</b> Suco de limão	Arroz parboilizado Feijão preto Cubos de frango (peito) com legumes (cenoura + vagem + brócolis)	Arroz parboilizado Feijão preto Estrogonofe (cubos bovinos) <b>Beterraba cozida</b>	Escondidinho de aipim com frango (moída de frango) Feijão preto <b>Brócolis</b>	Polenta Feijão preto Picadinho de carne (cubos suíno) <b>Repolho e cenoura</b>

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  
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 PARCIAL  
PRÉS E MATERNAL 2: FAIXA ETÁRIA 3 A 5 ANOS

Junho 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		15/06	16/06	17/06	18/06	19/06
<b>TURNO MANHÃ</b>  Kcal: 650,80 Ptn: 29,59 g Lip: 20,67 g Cho: 91,46 g	<b>CAFÉ MANHÃ</b> 7h30 - 8h20	Bolacha caseira Leite com cacau Banana	Pão caseiro com margarina Batida de fruta (banana, maçã e mamão) Laranja	Bolo de cenoura Leite com cacau Maçã	Pão caseiro com omelete/ovo mexido Leite com cacau Banana	Pão caseiro com geleia e/ou mel Leite com cacau Mamão
	<b>ALMOÇO</b> 11h	Arroz parboilizado Feijão preto Milho cozido Ovo cozido Suco de laranja	Polenta Feijão preto Carne de panela (cubos bovino) Beterraba cozida	Mix de arroz da Mário (parboilizado + integral) Feijão preto Peito de frango grelhado Creme de milho Alface e tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Beterraba e tomate	Espaguete à bolonhesa (moída bovina) Feijão preto Couve flor e cenoura ralada
<b>TURNO TARDE</b>  Kcal: 559,04 Ptn: 28,82 g Lip: 16,64 g Cho: 77,98 g	<b>LANCHE</b> 14h30	Leite com cacau Banana	Batida de fruta (banana, maçã e mamão) Laranja	Bolo de cenoura Leite com cacau Maçã	Batida de banana	Pão caseiro Leite com cacau Mamão
	<b>PRÉ JANTA</b> 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Milho cozido Ovo cozido Suco de laranja	Polenta Feijão preto Carne de panela (cubos bovino) Beterraba cozida	Mix de arroz da Mário (parboilizado + integral) Feijão preto Peito de frango grelhado Creme de milho Alface e tomate	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Beterraba e tomate	Espaguete à bolonhesa (moída bovina) Feijão preto Couve flor e cenoura ralada

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  
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 PARCIAL  
PRÉS E MATERNAL 2: FAIXA ETÁRIA 3 A 5 ANOS

Junho 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA São João	QUINTA	SEXTA
		22/06	23/06	24/06	25/06	26/06
<b>TURNO MANHÃ</b>  Kcal: 622,51 Ptn: 27,14 g Lip: 15,61 g Cho: 96,71 g	<b>CAFÉ MANHÃ</b> 7h30 - 8h20	Cereal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, canela, etc) <b>Banana</b>	Bolo de fubá Leite com cacau <b>Caqui</b>	Pão massinha com carne moída (bovina) Leite com cacau <b>Banana</b>	Cuca de banana e farofinha <b>Pinhão cozido</b> Quentão de suco <b>Maçã</b>	Canjica de leite <b>Mamão</b>
	<b>ALMOÇO</b> 11h	Espaguete com molho de atum Feijão carioca <b>Beterraba e cenoura cozidas</b> Suco de laranja	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída bovina <b>Beterraba e chuchu cozidos</b>	Carreteiro (cubos suínos) Feijão mexido Milho cozido Mix de folhas (alface, rúcula, repolho)	Mix de massa parafuso (tricolor + integral) Coxa e sobrecoxa com molho vermelho Feijão preto <b>Abobrinha e cenoura</b>	Sopão de frango (peito) + legumes (cenoura, chuchu, abobrinha, moranga e batata doce) + cabelinho de anjo
<b>TURNO TARDE</b>  Kcal: 569,37 Ptn: 26,34 g Lip: 14,26 g Cho: 87,08 g	<b>LANCHE</b> 14h30	Batida de frutas (mamão e banana)	Leite com cacau <b>Caqui</b>	Pão massinha com carne moída (bovina) Leite com cacau <b>Banana</b>	Cuca de banana e farofinha <b>Pinhão cozido</b> Quentão de suco <b>Maçã</b>	Canjica de leite <b>Mamão</b>
	<b>PRÉ JANTA</b> 16h30	Espaguete com molho de atum Feijão carioca <b>Beterraba e cenoura cozidas</b> Suco de laranja	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída bovina <b>Beterraba e chuchu cozidos</b>	Carreteiro (cubos suínos) Feijão mexido Milho cozido Mix de folhas (alface, rúcula, repolho)	Mix de massa parafuso (tricolor + integral) Coxa e sobrecoxa com molho vermelho Feijão preto <b>Abobrinha e cenoura</b>	Sopão de frango (peito) + legumes (cenoura, chuchu, abobrinha, moranga e batata doce) + cabelinho de anjo

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  
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085

## RECEITAS DO MÊS

<https://youtube.com/@setordenutricaoosmecapaodac9437>

## 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.