



20ª semana	01/07 - SEGUNDA	02/07 - TERÇA	03/07 - QUARTA	04/07 - QUINTA	05/07 - SEXTA
TURNO Lanche Manhã 9h - 10h Kcal: 662,25 Ptn: 31,47g Lip: 17,43g Cho: 96,80g	Bolacha salgada integral Vitamina de Banana	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Tomate Maçã	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Cenoura e beterraba ralada Caqui	Cuca de banana Suco de maçã Bergamota	Polenta cremosa Carne moída (bovina) Feijão preto Repolho roxo Banana
Lanche Tarde 15h Kcal: 662,25 Ptn: 31,47g Lip: 17,43g Cho: 96,80g	Bolacha salgada integral Vitamina de Banana	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Tomate Fruta	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Cenoura e beterraba ralada Caqui	Cuca de banana Suco de maçã Bergamota	Polenta cremosa Carne moída (bovina) Feijão preto Repolho roxo 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 / NUTRICIONISTA QT JAQUELINE MENTI BOFF / NUTRICIONISTA QT VIVIANE ANDRADE AVELINE/
NUTRICIONISTA QT LISÂNGELA APARECIDA DE VARGAS

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



21ª semana	08/07 - SEGUNDA	09/07 - TERÇA	10/07 - QUARTA	11/07 - QUINTA	12/07 - SEXTA
TURNO Lanche Manhã 9h - 10h Kcal: 654,48 Ptn: 34,01g Lip: 19,94g Cho: 87,72g	Pão de queijo* Bolacha Maria integral Leite com cacau Maçã	Massa parafuso (tricolor + integral) Lentilha Carne moída bovina com molho Tomate Banana	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Tomate Mamão	Pão caseiro com margarina e queijo Leite com cacau Bergamota	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída de frango Suco de uva Tomate Banana
Lanche Tarde 15h Kcal: 654,48 Ptn: 34,01g Lip: 19,94g Cho: 87,72g	Pão de queijo* Bolacha Maria integral Leite com cacau Maçã	Massa parafuso (tricolor + integral) Lentilha Carne moída bovina com molho Tomate Banana	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Tomate Mamão	Pão caseiro com margarina e queijo Leite com cacau Bergamota	Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída de frango suco de uva Tomate 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 / NUTRICIONISTA QT JAQUELINE MENTI BOFF / NUTRICIONISTA QT VIVIANE ANDRADE AVELINE/
NUTRICIONISTA QT LISÂNGELA APARECIDA DE VARGAS

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



22ª semana	15/07 - SEGUNDA	16/07 - TERÇA	17/07 - QUARTA	18/07 - QUINTA	19/07 - SEXTA
TURNO Lanche Manhã 9h - 10h Kcal: 643,77 Ptn: 30,72g Lip: 19,99g Cho: 87,09g	Esfirra de carne* Bolacha Maria Leite com cacau Banana	Carreteiro (cubos suínos) Feijão carioca Suco de abacaxi Alface Maçã	Massa espaguete com molho de frango (peito) Feijão preto Cenoura Laranja umbigo	Bolo de limão Leite com cacau Banana	Carreteiro (carne moída bovina) Feijão preto Alface Maçã
Lanche Tarde 15h Kcal: 643,77 Ptn: 30,72g Lip: 19,99g Cho: 87,09g	Esfirra de carne* Bolacha Maria Leite com cacau Banana	Carreteiro (cubos suínos) Feijão carioca Suco de abacaxi Alface Maçã	Massa espaguete com molho de frango (peito) Feijão preto Cenoura Laranja umbigo	Bolo de limão Leite com cacau Banana	Carreteiro (carne moída bovina) Feijão preto Alface Maçã

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 / NUTRICIONISTA QT JAQUELINE MENTI BOFF / NUTRICIONISTA QT VIVIANE ANDRADE AVELINE/
NUTRICIONISTA QT 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.

