



Maio/2024

12ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	06/05	07/05	08/05	09/05	10/05	
TURNO INTEGRAL	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Vitamina de banana com aveia (SEM AÇÚCAR)	Pão caseiro com omelete Leite com cacau Manga	Bolo mesclado de cacau (SEM AÇÚCAR) Leite com cacau Maçã	Pão semi-integral caseiro com geleia SEM AÇÚCAR Leite com cacau Manga	Cereal matinal + leite gelado (opcional: canela, cacau, etc SEM AÇÚCAR) Banana
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos mexidos Salada de repolho verde e tomate Suco de laranja (SEM AÇÚCAR)	Carreteiro (com cubos bovino) Feijão carioca Torta de legumes Salada de alface	Polenta cremosa Feijão preto Fígado da Carrossel* Repolho verde e chuchu	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata Omelete da Ana Bauer* Salada de cenoura e tomate	Galinhada (peito de frango) Feijão preto Salada de couve-flor e brócolis
	LANCHE 13h30	Banana	Pão caseiro com omelete Leite com cacau Manga	Maçã	Bolo mesclado de cacau (SEM AÇÚCAR) Leite com cacau Manga	Banana
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos mexidos Salada de repolho verde e tomate Suco de laranja (SEM AÇÚCAR)	Carreteiro (com cubos bovino) Feijão carioca Salada de alface	Polenta cremosa Feijão preto Fígado da Carrossel* Repolho verde e chuchu	Sopa de feijão (feijão + cabelo de anjo) Salada de cenoura e tomate	Galinhada (peito de frango) Salada de couve-flor e brócolis

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.

B II – Não se recomenda o uso de alimentos açucarados (açúcar, achocolatado, mel) e café para crianças menores de 2 anos. Resolução 6/2020 - Art. 18: É PROIBIDA a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.

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



Maio/2024

13ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	13/05	14/05	15/05	16/05	17/05	
TURNO INTEGRAL	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Cereal matinal + leite gelado (opcional: canela, cacau, etc SEM AÇÚCAR) Banana	Pão caseiro com queijo Leite com cacau(SEM AÇÚCAR) Bergamota	Bolo de laranja SEM AÇÚCAR Leite c/ cacau(SEM AÇÚCAR) Banana	Pão semi-integral caseiro com geleia SEM AÇÚCAR Leite com cacau(SEM AÇÚCAR) Melão	Canjica de leite SEM AÇÚCAR Banana
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovo cozido Salada tomate e alface Suco de laranja e melão (SEM AÇÚCAR)	Carreteiro (com cubos suínos) Lentilha Salada repolho roxo	Espaguete ao molho vermelho Feijão preto Coxa assada desfiada Salada rúcula	Arroz parboilizado Feijão preto Batata doce cozida Ovos mexidos Salada de pepino e tomate	Polenta cremosa Feijão preto Peito de frango ao molho vermelho Salada de Alface
	LANCHE 13h30	Manga	Pão caseiro com queijo Leite com cacau Bergamota	Banana	Pão semi-integral caseiro geleia SEM AÇÚCAR Leite com cacau Melão	Banana
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovo cozido Salada tomate e alface Suco de laranja e melão (SEM AÇÚCAR)	Sopa de lentilha com cubos suínos Salada de repolho roxo	Espaguete ao molho vermelho Feijão preto Coxa assada desfiada Salada rúcula	Sopa de feijão (feijão + cabelo de anjo) Ovo picado Salada de pepino e tomate	Polenta cremosa Feijão preto Peito de frango ao molho vermelho Salada de Alface

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.

B II – Não se recomenda o uso de alimentos açucarados (açúcar, achocolatado, mel) e café para crianças menores de 2 anos. Resolução 6/2020 - Art. 18: É PROIBIDA a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.

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



14ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	20/05	21/05	22/05	23/05	24/05	
TURNO INTEGRAL	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Cereal matinal + leite gelado (opcional; canela, cacau, etc SEM AÇÚCAR) Banana	Bolo de fubá SEM AÇÚCAR Leite quente Melão	Pizza de atum com queijo Leite com cacau(SEM AÇÚCAR) Banana	Pão caseiro batido com ovos mexidos Suco de Uva Bergamota	Mingau de amido com canela SEM AÇÚCAR Banana
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos mexidos Aipim cozido Couve folha refogada c/ farofa Suco de laranja (SEM AÇÚCAR)	Arroz parboilizado Feijão preto Fricassê de peito de frango Salada de alface	Feijão preto Massa parafuso mix (tricolor + integral) com molho de carne moída (bovina) Salada de tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Aipim cozido Ovos cozidos Salada de beterraba e cenoura	Arroz com galinha (coxa de frango desfiada) Feijão preto Salada de repolho e chuchu
	LANCHE 13h30	Maçã	Bolo de fubá SEM AÇÚCAR Leite quente Melão	Banana	Pão caseiro batido com ovos mexidos Suco de Uva Bergamota	Banana
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos cozidos Aipim cozido Couve folha refogada c/ farofa Suco de laranja (SEM AÇÚCAR)	Arroz com galinha (peito de frango) Salada de alface	Sopa de feijão (feijão + cabelo de anjo) Carne moída (bovina) Salada de tomate	Aipim cozido, feijão preto, ovo picado Salada de beterraba e cenoura	Arroz com galinha (coxa de frango desfiada) Salada de repolho e 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.

B II – Não se recomenda o uso de alimentos açucarados (açúcar, achocolatado, mel) e café para crianças menores de 2 anos. Resolução 6/2020 - Art. 18: É PROIBIDA a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.

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



Maio/2024

15ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	
	27/05	28/05	29/05	30/05	31/05	
TURN INTEGRAL	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Cereal matinal + leite gelado (opcional: canela, cacau, etc SEM AÇÚCAR) Banana	Pão de Batata com geleia SEM AÇÚCAR Leite com cacau(SEM AÇÚCAR) Bergamota	Mingau de aveia SEM AÇÚCAR Banana		
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos cozidos Salada de repolho verde e tomate Suco de laranja (SEM AÇÚCAR)	Arroz parboilizado Feijão preto carne moída de frango Salada de alface	Arroz parboilizado Feijão preto Galeto assado (coxa) Batata doce cozida Salada de repolho c/ tomate	FERIADO	FERIADO
	LANCHE 13h30	Banana	Pão de Batata com geleia SEM AÇÚCAR Chá de camomila Bergamota	Banana		
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Ovos cozidos Salada de repolho verde e tomate Suco de laranja (SEM AÇÚCAR)	Sopa de feijão (feijão + cabelo de anjo) Carne moída de frango Salada de alface	Arroz parboilizado Feijão preto Galeto assado (coxa) Batata doce cozida Salada de repolho c/ tomate		

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.

B II – Não se recomenda o uso de alimentos açucarados (açúcar, achocolatado, mel) e café para crianças menores de 2 anos. Resolução 6/2020 - Art. 18: É PROIBIDA a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de até 3 anos de idade.

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

Fígado da Carrossel

Omelete da Ana Bauer

<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.

