



Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerantes à Lactose - utilizar produtos específicos. Proibido oferecer leite e seus derivados, tanto como alimento principal ou adicionado na preparação.

Diabetes Mellitus: Proibido utilizar açúcares e doces em geral. Utilizar produtos integrais e zero açúcar, além de produtos específicos para tal necessidade.

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	01/07	02/07	03/07	04/07	05/07
LANCHE	Biscoito colonial Café com leite Fruta	Arroz branco Carne de panela Salada Fruta	Pão sovado com molho de carne e queijo + alface Suco Fruta	Arroz Branco Feijão Preto Salada de cenoura com ovo Fruta	Cuca flor de coco Café com leite Fruta
Composição Nutricional Média Semanal	Energia (Kcal)		CHO (g)	PROT (g)	LIP (g)
	6-10 anos	405,60	73	13	8
	11-15 anos	512,99	93	16	10
<i>Josiele Kesties - Nutricionista - CRN2 10947</i>					

Cardápio sujeito a alterações.

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerantes à Lactose - utilizar produtos específicos. Proibido oferecer leite e seus derivados, tanto como alimento principal ou adicionado na preparação.

Diabetes Mellitus: Proibido utilizar açúcares e doces em geral. Utilizar produtos integrais e zero açúcar, além de produtos específicos para tal necessidade.

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	08/07	09/07	10/07	11/07	12/07
LANCHE	Sanduíche com pão fatiado, presunto, queijo e tomate/alfaca Leite com cacau Fruta	Macarrão ao molho de tomate com carne moída Salada Fruta	Sanduíche com pão sovado de cenoura e patê de frango com requeijão Suco integral Fruta	Arroz branco Strogonoff de carne Salada Fruta	Pão sovado com doce de leite Café com leite Fruta
Composição Nutricional Média Semanal	Energia (Kcal)		CHO (g)	PROT (g)	LIP (g)
	6-10 anos	394,66	68	14	8
	11-15 anos	480,45	82	18	9
<i>Josiele Kesties - Nutricionista - CRN2 10947</i>					

Cardápio sujeito a alterações.

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerantes à Lactose - utilizar produtos específicos. Proibido oferecer leite e seus derivados, tanto como alimento principal ou adicionado na preparação.

Diabetes Mellitus: Proibido utilizar açúcares e doces em geral. Utilizar produtos integrais e zero açúcar, além de produtos específicos para tal necessidade.

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	15/07	16/07	17/07	18/07	19/07
LANCHE	Biscoito colonial Café com leite Fruta	Arroz Branco Feijão Preto Salada de cenoura com ovo Fruta	Pão sovado com molho de carne e queijo + alface Suco Fruta	Arroz branco Fricassê de frango Salada Fruta	Cuca sem recheio Café com leite Fruta
Composição Nutricional Média Semanal	Energia (Kcal)		CHO (g)	PROT (g)	LIP (g)
	6-10 anos	397,63	66	14	9
	11-15 anos	495,50	83	18	11
<i>Josiele Kesties - Nutricionista - CRN2 10947</i>					



Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerantes à Lactose - utilizar produtos específicos. Proibido oferecer leite e seus derivados, tanto como alimento principal ou adicionado na preparação.

Diabetes Mellitus: Proibido utilizar açúcares e doces em geral. Utilizar produtos integrais e zero açúcar, além de produtos específicos para tal necessidade.

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	22/07	23/07	24/07	25/07	26/07
LANCHE	Sanduíche com pão fatiado, presunto, queijo e tomate/alface Leite com cacau Fruta	Polenta com molho de tomate e carne moída Salada Fruta	Bebida láctea Biscoito tipo vovó sentada Fruta	Risoto de carne moída Salada de cenoura com ovo Fruta	Pão sovado com geleia Café com leite Fruta
Composição Nutricional Média Semanal	Energia (Kcal)		CHO (g)	PROT (g)	LIP (g)
	6-10 anos	391,48	69	13	8
	11-15 anos	512,91	91	17	10
<i>Josiele Kesties - Nutricionista - CRN2 10947</i>					



ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
MUNICÍPIO DE COTIPORÃ
A Joia da Serra Gaúcha!

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DESPORTO DO MUNICÍPIO DE COTIPORÃ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL
PERÍODO: PARCIAL
FAIXA ETÁRIA: 6-10 ANOS E 11-15 ANOS



Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerantes à Lactose - utilizar produtos específicos. Proibido oferecer leite e seus derivados, tanto como alimento principal ou adicionado na preparação.

Diabetes Mellitus: Proibido utilizar açúcares e doces em geral. Utilizar produtos integrais e zero açúcar, além de produtos específicos para tal necessidade.

	2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
	29/07	30/07	31/07	01/08	02/08
LANCHE	Biscoito colonial Café com leite Fruta	Arroz Branco Feijão Preto Salada de cenoura com ovo Fruta	Pão sovado com doce de leite Café com leite Fruta	Arroz branco Fricassê de frango Salada Fruta	Pão doce Café com leite Fruta
Composição Nutricional Média Semanal	Energia (Kcal)		CHO (g)	PROT (g)	LIP (g)
	6-10 anos	397,63	66	14	9
	11-15 anos	495,50	83	18	11
<i>Josiele Kesties - Nutricionista - CRN2 10947</i>					

Cardápio sujeito a alterações.