



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
	01/06/2026	02/06/2026	03/06/2026	04/06/2026	05/06/2026
<p>LANCHE (Manhã: A partir das 09:15 hs até às 10h) (Tarde: A partir das 14:30 hs até às 15:30 hs)</p>	<p>Biscoito colonial Café com leite Fruta</p>	<p>Polenta ao molho de tomate com carne moída Salada Fruta</p>	<p>Sanduíche com pão sovado de cenoura e patê de frango com requeijão Suco Fruta</p>		
<p>Composição Nutricional Média Semanal</p>	<p>Energia (Kcal)</p>		<p>CHO (g)</p>	<p>PROT (g)</p>	<p>LIP (g)</p>
	6-10 anos	422,37	73	14	9
	11-15 anos	489,76	84	17	10
<p><i>Gabriela Costenaro da Silva - Nutricionista - CRN2 12292</i></p>					

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
	08/06/2026	09/06/2026	11/06/2026	12/06/2026	13/06/2026
LANCHE (Manhã: A partir das 09:15 hs até às 10h) (Tarde: A partir das 14:30 hs até às 15:30 hs)	Sanduíche com pão fatiado, presunto, queijo e tomate/alface Chá de fruta Fruta	Sopa tipo canja com massinha, legumes e frango Pão torrado Fruta	Macarrão ao molho de tomate com carne moída Salada Fruta	Polenta ao molho de tomate com carne moída Salada Fruta	Cuca sem recheio Café com leite Fruta
Composição Nutricional Média Semanal	Energia (Kcal)		CHO (g)	PROT (g)	LIP (g)
	6-10 anos	385,83	71	13	6
	11-15 anos	496,05	90	18	8
<i>Gabriela Costenaro da Silva - Nutricionista - CRN2 12292</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
	15/06/2026	16/06/2026	17/06/2026	18/06/2026	19/06/2026
LANCHE	Biscoito colonial Iogurte sabor morango Fruta	Arroz carreteiro Moranga refogada Fruta	Arroz branco Lentilha Salada de cenoura com ovo Fruta	Purê de batatas Fricassê de frango Salada Fruta	Pão de centeio com geleia de frutas 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	221,96	39	7	4
<i>Gabriela Costenaro da Silva - Nutricionista - CRN2 12292</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
	22/06/2026	23/06/2026	24/06/2026	25/06/2026	26/06/2026
LANCHE	Biscoito colonial Leite com cacau Fruta	Macarrão ao molho de tomate com carne moída Salada Fruta	Pinhão cozido Pipoca com cacau Quentão de suco de uva Fruta	Arroz Branco Feijão Carioca Salada de cenoura com ovo Fruta	Pão sovado com ovos mexidos e queijo Chá de frutas Fruta
Composição Nutricional Média Semanal	Energia (Kcal)		CHO (g)	PROT (g)	LIP (g)
	6-10 anos	412,82	72	14	9
	11-15 anos	485,29	88	16	9
<i>Gabriela Costenaro da Silva - Nutricionista - CRN2 12292</i>					