



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                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
|                                                                                                              | 29/06/2026                                                     | 30/06/2026                                                   | 01/07/2026                                | 02/07/2026                                                        | 03/07/2026                                          |
| <b>LANCHE</b><br>(Manhã: A partir das 09:15 hs até às 10h)<br>(Tarde: A partir das 14:30 hs até às 15:30 hs) | Pão de centeio com geleia de frutas<br>Café com leite<br>Fruta | Polenta com molho de tomate e carne moída<br>Salada<br>Fruta | Risoto de frango<br>Salada mista<br>Fruta | LANCHE ESPECIAL:<br>Rocambole de frango<br>Suco integral<br>Fruta | Cuca tipo flor com coco<br>Leite com cacau<br>Fruta |
| Composição Nutricional<br>Média Semanal                                                                      | Energia (Kcal)                                                 |                                                              | CHO (g)                                   | PROT (g)                                                          | LIP (g)                                             |
|                                                                                                              | 6-10 anos                                                      | 379,56                                                       | 66                                        | 13                                                                | 8                                                   |
|                                                                                                              | 11-15 anos                                                     | 490,59                                                       | 86                                        | 16                                                                | 10                                                  |
|                                                                                                              | Gabriela Costenaro da Silva - Nutricionista - CRN2 12292       |                                                              |                                           |                                                                   |                                                     |

Cardápio sujeito a alterações.



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                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                              | 06/07/2026                                               | 07/07/2026                                             | 08/07/2026                                                                     | 09/07/2026                                                     | 10/07/2026                                                                            |
| <b>LANCHE</b><br>(Manhã: A partir das 09:15 hs até às 10h)<br>(Tarde: A partir das 14:30 hs até às 15:30 hs) | Biscoito colonial<br>Iogurte sabor morango<br>Fruta      | Arroz branco<br>Strogonoff de carne<br>Salada<br>Fruta | Sanduíche com pão sovado de cenoura e patê de frango<br>Suco integral<br>Fruta | Macarrão ao molho de tomate com carne moída<br>Salada<br>Fruta | Pão sovado com molho de carne moída/queijo, tomate e alface<br>Suco integral<br>Fruta |
| Composição Nutricional<br>Média Semanal                                                                      | Energia (Kcal)                                           |                                                        | CHO (g)                                                                        | PROT (g)                                                       | LIP (g)                                                                               |
|                                                                                                              | 6-10 anos                                                | 399,37                                                 | 78                                                                             | 14                                                             | 7                                                                                     |
|                                                                                                              | 11-15 anos                                               | 497,03                                                 | 87                                                                             | 19                                                             | 9                                                                                     |
|                                                                                                              | Gabriela Costenaro da Silva - Nutricionista - CRN2 12292 |                                                        |                                                                                |                                                                |                                                                                       |

Cardápio sujeito a alterações.



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                                            |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
|                                                                                                              | 13/07/2026                                                                            | 14/07/2026                                                             | 15/07/2026                                                                  | 16/07/2026                                                   | 17/07/2026                                          |
| <b>LANCHE</b><br>(Manhã: A partir das 09:15 hs até às 10h)<br>(Tarde: A partir das 14:30 hs até às 15:30 hs) | Sanduíche com pão fatiado, presunto, queijo e tomate/alface<br>Chá de frutas<br>Fruta | Sopa tipo canja com massinha, legumes e frango<br>Pão torrado<br>Fruta | Arroz branco<br>Batata com molho de tomate e carne moída<br>Salada<br>Fruta | Polenta com molho de tomate e carne moída<br>Salada<br>Fruta | Pizza integral de frango<br>Café com leite<br>Fruta |
| Composição Nutricional<br>Média Semanal                                                                      | Energia (Kcal)                                                                        |                                                                        | CHO (g)                                                                     | PROT (g)                                                     | LIP (g)                                             |
|                                                                                                              | 6-10 anos                                                                             | 417,37                                                                 | 74                                                                          | 14                                                           | 8                                                   |
|                                                                                                              | 11-15 anos                                                                            | 497,51                                                                 | 88                                                                          | 17                                                           | 9                                                   |
|                                                                                                              | Gabriela Costenaro da Silva - Nutricionista - CRN2 12292                              |                                                                        |                                                                             |                                                              |                                                     |

Cardápio sujeito a alterações.



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                                                       |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
|                                                                                                              | 20/07/2026                                                      | 21/07/2026                                                                | 22/07/2026                                                     | 23/07/2026                                | 24/07/2026                                                     |
| <b>LANCHE</b><br>(Manhã: A partir das 09:15 hs até às 10h)<br>(Tarde: A partir das 14:30 hs até às 15:30 hs) | Pão de centeio com geleia de frutas<br>Leite com cacau<br>Fruta | Arroz branco<br>Feijão preto<br>Salada de cenoura com ovo cozido<br>Fruta | Macarrão ao molho de tomate com carne moída<br>Salada<br>Fruta | Risoto de frango<br>Salada mista<br>Fruta | Pão sovado com ovos mexidos e queijo<br>Suco integral<br>Fruta |
| Composição Nutricional<br>Média Semanal                                                                      | Energia (Kcal)                                                  |                                                                           | CHO (g)                                                        | PROT (g)                                  | LIP (g)                                                        |
|                                                                                                              | 6-10 anos                                                       | 422,99                                                                    | 79                                                             | 14                                        | 6                                                              |
|                                                                                                              | 11-15 anos                                                      | 479,34                                                                    | 89                                                             | 16                                        | 7                                                              |
|                                                                                                              | Gabriela Costenaro da Silva - Nutricionista - CRN2 12292        |                                                                           |                                                                |                                           |                                                                |

Cardápio sujeito a alterações.