

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PASSO FUNDO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
CARDÁPIO ELABORADO PELA NUTRICIONISTA GABRIELA GIONGO BORTOLI CRN 2 15969



CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL    MODALIDADE DE ENSINO ANOS INICIAIS E FINAIS    ZONA (urbana)    FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos e 11 a 15 anos    PERÍODO PARCIAL

**CARDÁPIO DE VERÃO 2025**

(FEVEREIRO A ABRIL)

(OUTUBRO A DEZEMBRO)

1ª SEMANA 3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA	
Fruta 8 h ou 14 h	(banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	(banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	(banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	(banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	(banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	
Almoço/ Janta Horário almoço: 9h30 min  Horário janta: 15h30min	Massa cozida Feijão preto cozido Carne frango, sassami grelhada com alho, cebola, pimentão e polpa de tomate Alface + repolho cru Fruta (banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	Arroz cozido Feijão preto cozido Omelete (ovos com tempero verde e cebola) Couve chinesa picada + tomate Fruta (banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	Arroz cozido Polenta mole Feijão preto cozido Carne bovina em cubos grelhada com alho, cebola, pimentão e polpa de tomate Repolho refogado + couve manteiga refogada Fruta (banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	Pão sovado Linguiça assada Alface + tomate Fruta (banana/ maçã/ caqui/ pera) Água Sagu com suco *apenas na 1ª semana Água	Arroz cozido Purê de batata (batata cozida amassada + água) Feijão preto cozido Carne de frango (coxa e sobrecoxa) grelhada com alho, cebola e polpa de tomate/ tomate Fruta (banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	
Composição nutricional (Média semanal) 20% das necessidades nutricionais/dia 1 refeição	Faixa etária	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	SÓDIO (mg)
		329	45 - 53 g 65 - 77 g	8 - 12 g 12 - 18 g	9 - 13 g 13 - 18 g	600
	6 a 10 anos 11 a 15 anos	473	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	600
		341,4 kcal	32 g - 61 %	17 g - 21%	10 g- 25 %	235,2
		493 kcal	76 g - 61 %	24 g - 20 %	13 g - 24%	376,9 mg

Gabriela Bortoli  
Nutricionista  
CRN 2 15969

OBS: OS CARDÁPIOS ESTÃO SUJEITOS A ALTERAÇÕES, DEVIDO A PROBLEMAS COM ITENS E ENTREGAS DE FORNECEDORES. O SUCO SERÁ FORNECIDO CONFORME DISPONIBILIDADE.

O SUCO SERÁ OFERTADO CONFORME DISPONIBILIDADE

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL MODALIDADE DE ENSINO ANOS INICIAIS E FINAIS ZONA (urbana) FAIXA ETÁRIA 6 a 10 anos e 11 a 15 anos PERÍODO PARCIAL

CARDÁPIO DE VERÃO 2025

(FEVEREIRO A ABRIL)

(OUTUBRO A DEZEMBRO)

2ª SEMANA 4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Fruta 8 h ou 14 h	(banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	(banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	(banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	(banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	(banana/ maçã/ caqui/ pera) Água
Almoço/ Janta Horário almoço: 9h30 min  Horário janta: 15h30 min	Massa cozida Feijão preto cozido Carne de frango (coxa e sobrecoxa) grelhada com polpa de tomate Alface + repolho cru picado Fruta (banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo frito na água (sem óleo) Couve manteiga refogada + couve chinesa Fruta (banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	Arroz carreteiro (arroz + carne bovina em cubos) Feijão preto cozido Tomate + repolho cru picado Fruta (banana/ maçã/ caqui/ pera) Água	Pão sovado Molho de frango desfiado (sassami) Alface + tomate picado Fruta (banana/ maçã/ caqui/ pera) Água Arroz doce * apenas na 4ª semana	Arroz cozido Aipim cozido / assado Lentilha cozida Carne suína em cubos grelhada Couve manteiga refogada + couve chinesa Fruta (banana/ maçã/ caqui/ pera) Água
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 6 a 10 anos (329) 11 a 15 anos (473)	CHO 45 - 53 g	PTN 8 - 12 g	LPD 9 - 13 g	SÓDIO (mg)
		65 - 77 g	12 - 18 g	13 - 18 g	600
	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	600	Gabriela Bortoli Nutricionista CRN 2 15969
	314 kcal	47 g - 59 %	18 g - 24 %	7 g - 22 %	
464 kcal	70 g - 60 %	27 g - 23%	11 g - 21 %	122,8 mg	

OBS: OS CARDÁPIOS ESTÃO SUJEITOS A ALTERAÇÕES, DEVIDO A PROBLEMAS COM ITENS E ENTREGAS DE FORNECEDORES. O SUCO SERÁ FORNECIDO CONFORME DISPONIBILIDADE.

O SUCO SERÁ OFERTADO CONFORME DISPONIBILIDADE