

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE IARAS - SP**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO (ENSINO FUNDAMENTAL I e II/ MÉDIO/ EJA)**

**“EMEIF ASSENTAMENTO ZUMBI DOS PALMARES” ZONA URBANA - PERÍODO PARCIAL – 2 REFEIÇÕES - FEVEREIRO-MARÇO/2023**

Necessidades Alimentares Especiais: *(se for o caso)*

	2ª FEIRA 27/02	3ª FEIRA 28/02	4ª FEIRA 01/03	5ª FEIRA 02/03	6ª FEIRA 03/03		
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b>	BEBIDA LÁCTEA CHOCOLATE PÃO FRANCÊS C/ MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA CHOCOLATE PÃO FRANCÊS C/ MORTADELA	BEBIDA LÁCTEA FRUTAS PÃO FRANCÊS C/ MARGARINA	CHÁ MATE PÃO DE LEITE C/ MARGARINA	LEITE C/ GROSELHA BISCOITO SALGADO		
<b>ALMOÇO/JANTAR</b> Almoço manhã – fornecido nos intervalos das aulas Almoço tarde – fornecido até às 12h55 (entrada na escola) Fruta/Sobremesa – fornecido no intervalo da manhã e tarde	POLENTA CREMOSA COM CARNE MOÍDA	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA CARNE EM CUBOS COM CENOURA  SALADA: ALFACE	ARROZ BRANCO FEIJÃO CARIOCA COZIDO FRANGO EM CUBOS COM BATATA DOCE  FRUTA: BANANA	ARROZ BRANCO FEIJOADA  SALADA: COUVE FRUTA: LARANJA	SOPA DE FRANGO COM LEGUMES E ARROZ  SALADA: ALFACE E TOMATE		
<b>LANCHE DA TARDE</b>	SUCO DE POLPA DE ACEROLA PÃO FRANCÊS C/ CARNE MOÍDA	LEITE C/ ACHOCOLATADO PÃO FRANCÊS C/ MORTADELA	BEBIDA LÁCTEA FRUTAS PÃO FRANCÊS C/ MARGARINA	SUCO DE POLPA DE ABACAXI PÃO FRANCÊS C/ MARGARINA	SUCO DE POLPA DE ACEROLA PÃO F. C/ PATÊ DE FRANGO		
<b>FRUTA CEI</b> (Servido às 10h40)	MELÃO	MAÇÃ	LARANJA	BANANA	MAÇÃ		
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)	<b>Energia</b> (Kcal)	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET			
		g	g	g		<b>Fe (mg)</b>	<b>Na (mg)</b>
		%	%	%			

\*Cardápio sujeito a alterações.

**Thais Francielly de Almeida** *Nutricionista Responsável* CRN 3 44507