

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

**Synara Soares**  
Nutricionista - CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

**CARDÁPIO - BERÇÁRIO MENOR**  
**ZONA URBANA**  
**FAIXA ETÁRIA (01 meses - 06 meses)**

**PERÍODO Integral**



**CRECHES MUNICIPAIS ( RPA 01 A 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)**

**NOVEMBRO - 2024**

	1º MÊS	2º MÊS	3º MÊS	4º e 5º MÊS	6º MÊS
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO
	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)
LANCHE MANHÃ* (09:00h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO
	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal)	PURÊ DE FRUTAS (BANANA E LARANJA MIMO) (157,15 Kcal)	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA) (160,4 Kcal)
ALMOÇO (11:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	PURÊ DE LEGUMES AMASSADINHO (75,24 Kcal)
	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)	
LANCHE TARDE (14:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO
	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)
JANTAR (17:00h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO
	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)	ARROZ E CALDO DE FEIJÃO (93,2 Kcal)

**CONTATOS:**

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802( WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

O ALEITAMENTO MATERNO TAMBÉM É INDICADO ANTES DE DORMIR NESTA FAIXA ETÁRIA.

NÃO ADICIONAR SAL E AÇUCAR NAS PREPARAÇÕES

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

Synara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO - BERÇÁRIO MAIOR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA (07 meses - 11 meses)  
PERÍODO Integral



CRECHES MUNICIPAIS ( RPA 01 A 06) E PARCEIRAS (RPA 02,03,04 e 05)

## NOVEMBRO - 2024

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO			
	PAPA DE AVEIA (96,51 Kcal)	PAPINHA DE BATATA DOCE (102,97 KCAL)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (170,36 KCAL)	VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA) (99 KCAL)	VITAMINA DE BANANA COM MAÇÃ (162,78 KCAL)			
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (45,41 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	ABACAXI E BANANA EM CUBOS(44,24 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (36,38 Kcal)			
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA (190,62 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO ( 198,47 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA (216,89 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA (166,67kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS (173,86kcal)			
LANCHE TARDE (14:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO			
	MAÇÃ RASPADINHA (66,62 Kcal)	VITAMINA DE ACEROLA (77,54 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (117,85 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBINHOS (58,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (117,85 Kcal)			
JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM FRANGO (48,79 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (73,86 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA (73,04 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (139,53 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (139,53 Kcal)			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca(mg)	Fe (mg)
	552,77	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		101	21	9	458,10	241,48	252,97	6,23

## CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802( WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

O ALEITAMENTO MATERNO TAMBÉM É INDICADO ANTES DE DORMIR NESTA FAIXA ETÁRIA.

NÃO ADICIONAR SALE E AÇUCAR NAS PREPARAÇÕES

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃOSynara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0CARDÁPIO - CRECHE  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)  
PERÍODO integral

CRECHES MUNICIPAIS ( RPA 01 A 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)

## NOVEMBRO - 2024

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO			
	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 KCAL)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DEJERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)			
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	ABACAXI E MAMA O EM CUBOS(84,59Kcal))	MAÇÃ E *MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)			
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)			
LANCHE TARDE (14:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO			
	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)			
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	862,31	55% a 65% do VET 145,0	10% a 15% do VET 36,0	15% a 30% do VET 18,0	728,41	345,90	323,83	7,22

## CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

Não adicionar açúcar nas preparações.

O ALEITAMENTO MATERNO TAMBÉM É INDICADO ANTES DE DORMIR NESTA FAIXA ETÁRIA DE 1 A 2 ANOS.

NÃO ADICIONAR AÇUCAR NAS PREPARAÇÕES

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**



**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

**CARDÁPIO - CRECHE**  
**ZONA URBANA**  
**FAIXA ETÁRIA (04-05 anos)**  
**PERÍODO Parcial**



**CRECHES MUNICIPAIS ( RPA 01 A 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)**

**NOVEMBRO - 2024**

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	757,14	139,00	30,00	12,00
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81)99421-8450  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE ALBÉRICO DORNELAS E MAURICEIA DIAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)

PERÍODO Integral



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0



CRECHES MUNICIPAIS ( RPA 01 A 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)

**NOVEMBRO - 2024**

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
								55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
TURNO INTEGRAL	CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA + MELÃO CORTADINHO (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,76 Kcal)	PÃO CASEIRO DE JERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	937.6	163.0	37.0	18.0
	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (56,8 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59 Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



Synaira Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 205015-0

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)



CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 a 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)

NOVEMBRO - 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição da nutricional (média semanal)			
					<b>1/11/2024</b>				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)					VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LFD (g)
LACHE DA MANHÃ (09:00h)					MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	550,14	164	37	14
LACHE DA TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)					SOPA DE FEIJOÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)				
	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>	Composição da nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DE JERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LFD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,1 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJOÃO MILATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJOÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJOÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJOÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOIO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	562,31	145	36	18
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJOÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)				
	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>	Composição da nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DE JERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LFD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (68,84)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJOÃO MILATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJOÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJOÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJOÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FERIADO	865,35	141	369	19
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOIO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)					
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)					
	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>	Composição da nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)		PÃO CASEIRO DE JERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (160,78 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LFD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)		MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (68,84)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJOÃO MILATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJOÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FERIADO	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJOÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	864,94	144	36	18
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOIO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)		BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJOÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)				
	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>	Composição da nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DE JERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (160,78 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LFD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (68,84)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJOÃO MILATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJOÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJOÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJOÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	862,31	145	36	18
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOIO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJOÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)				

Não adicionar açúcar nas preparações.

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: 3355-9101/3355-9132/ 96299-9802 (WHATSAPP)  
FONECECOR: (81)98421-8460  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE): 3355-9151

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



**Synara Soares**  
Nutricionista - CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA ( 04 -05 anos)  
PERÍODO: Parcial



CRECHES MUNICIPAIS ( RPA 01 A 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)

NOVEMBRO- 2024

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
		1/11/2024					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)					MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	732,01	149	30	9
	ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	732,01	149	30	9
	JANTAR (17:00h)					SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				
		4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024				
							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	757,14	139	30	12
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	757,14	139	30	12
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				
		11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024				
							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	FERIADO	763,42	136	29	12
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)					
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 KCAL)	FERIADO	763,42	136	29	12
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)					
		18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024				
							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	FERIADO	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	761,83	138	29	12
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)		CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	FERIADO	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	761,83	138	29	12
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				
		25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024				
							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	757,14	139	30	12
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	757,14	139	30	12
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)  
PERÍODO integral  
ESPAÇO PERTENCER  
NOVEMBRO- 2024



	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
					<b>1/11/2024</b>				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)					VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (160,78 Kcal)	59% e 85% de VET	10% e 15% de VET	15% e 30% de VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)					MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	697,03	136	28	12
LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)									
	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DEJERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (160,78 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal))	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (68,84)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	59% e 85% de VET	10% e 15% de VET	15% e 30% de VET	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	697,0	120,0	29,0	15,0
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,43 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)									
	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DEJERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	FERIADO	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal))	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (68,84)		59% e 85% de VET	10% e 15% de VET	15% e 30% de VET	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)		699,20	116,00	29,00	16,00
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,43 Kcal)					
JANTAR (17:00h)									
	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	FERIADO	PÃO CASEIRO DEJERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (160,78 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)		MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (68,84)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	59% e 85% de VET	10% e 15% de VET	15% e 30% de VET	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)		CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	690,89	116,0	29,0	15,0
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)		BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,43 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)									
	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DEJERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (160,78 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal))	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (68,84)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	59% e 85% de VET	10% e 15% de VET	15% e 30% de VET	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	696,06	120,00	29,00	15,00
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,43 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)									

Não adicionar açúcar nas preparações.

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: 3356-8111/3356-8132/ 90298-2632 (WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81)99421-8492  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE): 3356-8151



## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



Synara Soares  
Nutricionista - CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)

PERÍODO Parcial

ESPAÇO PERTENCER

NOVEMBRO- 2024



		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
		1/11/2024					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
								85% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)					MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	553,35	117	21	7
	ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
	JANTAR (17:00h)									
		4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	560	106	21	9
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
	JANTAR (17:00h)									
		11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	FERIADO	561,84	104	22	10
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)					
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 KCAL)					
	JANTAR (17:00h)									
		18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	FERIADO	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	549,01	102	21	9
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)		CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)		BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
	JANTAR (17:00h)									
		25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	560	106	21	9
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
	JANTAR (17:00h)									

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHO (g)	PTM (g)	LPD (g)
					<b>1/11/2024</b>				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)					VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA (192,52 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)					MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUISADO, ARROZ, PIÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,04kcal)	602,14	154	57	14
LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)					SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (142,21 Kcal)				
	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	BOIUNHO SEM RECHEIO E SUCO DE ACEROLA (220,03 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE LARANJA (91,47 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA ( 140,78 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA (100,87 Kcal)	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA (192,52 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (48,84)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FRGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,74 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,04kcal)	624,0	137,0	35,0	17,0
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA(109,84 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (141,42 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (142,21 Kcal)				
	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	BOIUNHO SEM RECHEIO E SUCO DE ACEROLA (220,03 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE LARANJA (91,47 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA ( 140,78 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA (100,87 Kcal)	<b>FERIADO</b>	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (48,84)					
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FRGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,74 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)		617,4	131	35	18
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA(109,84 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)					
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (141,42 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 KCAL)					
	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	BOIUNHO SEM RECHEIO E SUCO DE ACEROLA (220,03 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE LARANJA (91,47 Kcal)	<b>FERIADO</b>	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA (100,87 Kcal)	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA (192,52 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)		MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (48,84)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FRGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)		CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,04kcal)	614,07	134	34	18
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA(109,84 Kcal)		BANANA E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (141,42 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (142,21 Kcal)				
	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	BOIUNHO SEM RECHEIO E SUCO DE ACEROLA (220,03 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE LARANJA (91,47 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA ( 140,78 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE GOIABA (100,87 Kcal)	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA (192,52 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (48,84)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FRGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,74 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,04kcal)	624	137	35	17
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA(109,84 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (141,42 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (142,21 Kcal)				

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃOSynara Soares  
Nutricionista ORN-6 4255  
Mat. 105015-0

## CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)

PERÍODO Integral

CARDÁPIO - CRECHE PARCEIRA ASSOCIAÇÃO Nº SRA APARECIDA

NOVEMBRO - 2024



Alimentação saudável e nutritiva

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
					<b>1/11/2024</b>				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)					VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (160,78 Kcal)	850,14	154	37	14
LANCHE MANHÃ (09:00h)					MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,04kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)					SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)				
	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCÚZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (160,78 Kcal)	848,57	143	37	17
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,04kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA(110,18 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)				
	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCÚZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)		848,18	137	37	18
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	<b>FERIADO</b>				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)					
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA(110,18 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)					
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)					
	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCÚZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (160,78 Kcal)	847,77	140	36	17
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	<b>FERIADO</b>	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,04kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA(110,18 Kcal)		BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)				
	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCÚZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (160,78 Kcal)	848,57	143	37	17
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,04kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA(110,18 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)				

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 89299-9802 (WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

Não adicionar açúcar nas preparações.

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃOSynara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)

PERÍODO Parcial



Alimentação saudável e nutritiva

CARDÁPIO - CRECHE PARCEIRA MAGNO DELAMADRI E ASSOCIAÇÃO SRA APARECIDA

NOVEMBRO- 2024

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
		1/11/2024					Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)					MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	732,01	149,00	30,00	9,00
	JANTAR (17:00h)					SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				
		4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (110,18 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	731,78	133	30	11
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				
		11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	FERIADO				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)					
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (110,18 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	FERIADO	731,72	129	30	12
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)					
		18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	FERIADO	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)		CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (110,18 Kcal)	FERIADO	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	730,13	131	30	11
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				
		25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,1Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (110,18 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	731,78	133	30	11
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)  
PERÍODO integral



CARDÁPIO - CRECHE PARCEIRA 12 DE OUTUBRO  
NOVEMBRO - 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)							
					<b>1/11/2024</b>	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)					VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	85% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET					
LANCHE MANHÃ (09:00h)					MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	850,14	164	37	14				
ALMOÇO (11:30h)				FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)									
LANCHE TARDE (14:30h)				SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)									
JANTAR (17:00h)				SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)									
	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>					Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,1 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	85% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET					
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	885,35	141	36	19				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)								
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)								
	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)					85% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,1 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11Kcal)		885,94	144	36	18				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FERIADO								
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)									
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)									
	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	85% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET					
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,1 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	885,94	144	36	18				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)								
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)								
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)								
	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	85% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET					
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,1 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	882,31	145	36	18				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)								
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COMPRIDA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)								
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)								

Não adicionar açúcar nas preparações.

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81)99421-8450  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

**CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular**  
**MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais**  
**ZONA Urbana**  
**FAIXA ETÁRIA : 06 A 10 ANOS**  
**PERÍODO Parcial**



PREFEITURA DO RECIFE  
 SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
 GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

**Synara Soares**  
 Nutricionista CRN-6 4255  
 Mat. 105015-0



**ESCOLAS MUNICIPAIS E PARCEIRAS - RPA 02 E 03**

**NOVEMBRO - 2024**

SEMANA 01	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
					1/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)					CURAU COM CANELA E MELANCIA (325,69 KCAL)	315,51	62	6	8
SEMANA 02	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (351,98KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJÚ + MELÃO(398,39 Kcal)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO (357,57 KCAL)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,70 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MAÇÃ (329,55 Kcal)	327,13	59	13	5
SEMANA 03	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BAIÃO DE DOIS (330,79 KCAL)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ (398,39 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (371,69 KCAL)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (356,51 Kcal)	FERIADO	375,28	64	14	5
SEMANA 04	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (356,51 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (355,37 KCAL)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (356,51 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MAÇÃ (330,43 KCAL)	330,33	59	10	7
SEMANA 05	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (351,98KCAL)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + BANANA (356,51 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (368,83 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE LIMÃO (398,39 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA (351,92 Kcal)	347,04	58	14	5

CONTATOS:  
 GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)  
 FORNECEDOR: (81)99421-8450  
 CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃOSynara Soares  
Nutricionista - CRN-6 4255  
Mat. 105015-0CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular  
MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais  
ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 06 A 10 ANOS

PERÍODO Parcial

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 04 E 05

NOVEMBRO- 2024



SEMANA 01	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média)			
						Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
					<b>1/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)					CURAU COM CANELA E MELANCIA (325,69 KCal)	315,61	62	6	8
SEMANA 02	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJÚ + MELÃO(398,39 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (351,98KCal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,70 Kcal)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO (357,57 KCal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MAÇÃ (329,55 Kcal)	327,13	59	13	5
SEMANA 03	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ (398,39 Kcal)	BAIÃO DE DOIS (330,79 KCal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (356,51 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (371,69 KCal)	FERIADO	330,47	59	14	5
SEMANA 04	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (355,37 KCal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (356,51 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (356,51 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MAÇÃ (330,43 KCal)	330,33	59	10	7
SEMANA 05	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + BANANA (356,51 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (351,98KCal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE LIMÃO (398,39 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (368,83 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA (351,92 Kcal)	356,88	59	14	5

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9161/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81)99421-8450  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular  
MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais

ZONA Urbana  
FAIXA ETÁRIA : 06 A 10 ANOS  
PERÍODO Parcial

ESCOLA CONVENIADAS GURI

NOVEMBRO - 2024



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0



SEMANA 01	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
					1/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)					CURAU COM CANELA E MELANCIA (325,69 KCAL)	315,61	62	6	8
SEMANA 02	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (351,98KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (398,39 Kcal)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LARANJA (357,57 KCAL)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,70 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E TANGERINA (329,55 Kcal)	327,13	59	13	5
SEMANA 03	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BAIÃO DE DOIS (330,79 KCAL)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA (398,39 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE LARANJA (371,69 KCAL)	BOLO DE BANANA COM REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ (356,51 Kcal)	FERIADO	330,47	59	14	5
SEMANA 04	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (355,37 KCAL)	BOLO DE CENOURA COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (356,51 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (356,51 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (330,43 KCAL)	330,33	59	10	7
SEMANA 05	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (351,98KCAL)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + BANANA (356,51 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (368,83 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI (398,39 Kcal)	REAVLIAÇÃO DE CASOS	359,71	58	17	7

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151



## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃOSynara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Regular*  
MODALIDADE DE ENSINO: *Regular- Anos Finais*  
ZONA *Urbana*  
FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos  
PERÍODO *Parcial*

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 02 E 03

NOVEMBRO - 2024

SEMANA 01	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
	1/11/2024					Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CURAU COM CANELA E MELANCIA (420,24 KCAL)					420,24	73,00	8,00	15,00
SEMANA 02	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (422,92 KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELÃO (402,05 Kcal)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO (357,57 KCAL)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MAÇÃ (433,98 Kcal)	395,44	70	16	7
SEMANA 03	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BAIÃO DE DOIS (330,79 KCAL)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (406,59 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (425,44 KCAL)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (415,42 Kcal)	FERIADO	429,12	65	18	9
SEMANA 04	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (428,24 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (385,37 KCAL)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (401,10 Kcal)	SOPADE CARNE COM LEGUMES E MAÇÃ (412,79 KCAL)	383,81	65	13	9
SEMANA 05	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (422,92 KCAL)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + BANANA (415,42 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (475,38 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE LIMÃO + MELÃO (406,59 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA (398,88 Kcal)	423	65	18	9

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



Synara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Regular*  
MODALIDADE DE ENSINO: *Regular- Anos Finais*  
ZONA Urbana  
FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos  
PERÍODO *Parcial*

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 04 e 05



## NOVEMBRO - 2024

SEMANA 01	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
	1/11/2024					Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)					CURAU COM CANELA E MELANCIA (420,24 KCal)	420,24	73,00	8,00	15,00
SEMANA 02	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELÃO (402,05 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (422,92 KCal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO (357,57 KCal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MAÇÃ (433,98 Kcal)	395,44	70	16	7
SEMANA 03	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (406,59 Kcal)	BAIÃO DE DOIS (330,79 KCal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (415,42 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (425,44 KCal)	FERIADO	429,12	65	18	9
SEMANA 04	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (385,37 KCal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (428,24 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (401,10 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MAÇÃ (412,79 KCal)	383,81	65	13	9
SEMANA 05	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + BANANA (415,42 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (422,92 KCal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE LIMÃO + MELÃO (406,59 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (475,38 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA (398,88 Kcal)	423	65	18	9

## CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO : *Ensino Integral- Anos Iniciais*  
MODALIDADE DE ENSINO: *Regular Anos Iniciais*  
ZONA Urbana  
FAIXA ETÁRIA : *06 a 10 anos*  
PERÍODO *Integral*



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 02,03,04 e 05  
NOVEMBRO - 2024

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)
SEM 01					1/11/2024	
LANCHE MANHÃ (09:00H)					CURAU COM CANELA E BANANA (420,24 KCal)	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 20% do VET
ALMOÇO (12:00H)					COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA (562,72 KCal)	1327,86 209,43 36,91 20,64
LANCHE TARDE (15:00H)					COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (401,10 Kcal)	
SEM 02	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (365,38KCal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (423,03 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (415,40 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (422,92 KCal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E TANGERINA (433,98 Kcal)	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 20% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE CAJÚ (630,02 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (5675,04 KCal)	CREME DE FRANGO COM MACARRÃO, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI (676,75 KCal)	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, PURÊ DE ABÓBORA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE ACEROLA (565,11 KCal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (522,86 kcal)	1415,35 236,1 60,99 35,43
LANCHE TARDE (15:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ (428,24 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (402,05 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (415,42 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (393,96 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ + MELÃO (406,59 Kcal)	
SEM 03	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (324,28 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (422,92 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E BANANA (431,80 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (349,22 KCal)	FERIADO	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 20% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA - 638,57 KCal	CARNE MOÍDA, MACARRÃO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE CAJÚ - (614,91 KCal)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA (560,60 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, ABÓBORA REFOGADA, E REFRESCO DE ABACAXI (575,04 KCal)		1300,61 220 60 29
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (338,9 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO (614,91 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA (560,6Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MAÇÃ (415,42 Kcal)		
SEM 04	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (422,92 KCal)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (443,50 Kcal)	FERIADO	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (418,89 KCal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (349,22 KCal)	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 20% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA - 565,11 KCal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 676,75 KCal		FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE JERIMUM E REFRESCO DE CAJÚ (673,72 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI (582,47 KCal)	1460,52 235,18 64,23 20,22
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (406,59 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ (338,9 Kcal)		BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (415,42 Kcal)	
SEM 05	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (443,50 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA (425,44 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (349,22 KCal)	CUSCUZ COM LEITE E BANANA (419,02 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA (349,22 Kcal)	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET 10% a 15% do VET 15% a 20% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 654,52 KCal	GUISADO DE CARNE, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI - 640,13 KCal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE GOIABA - 614,91KCal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE CAJÚ (667,95 Kcal)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE ACEROLA (582,47 KCal)	1431,49 241,54 59,81 26,26
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (402,05 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + BANANA (415,42 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (428,24 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MELÃO (406,59 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ (338,9 Kcal)	

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃOSynara Soares  
Nutricionista ORN-6 4255  
Mat. 105015-0CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Integral- Anos Finais*MODALIDADE DE ENSINO: *Regular Anos Finais*

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO Integral



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 02,03,04 e 05

NOVEMBRO - 2024

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
						CHO (g)	PTM (g)	LPO (g)	Energia (Kcal)
SEM 01					1/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H)					CURAU COM CANELA E BANANA (466,31 Kcal)				
ALMOÇO (12:00H)					COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA (562,72 KCAL)	1545,2	276	45	36
LANCHE TARDE (15:00H)					COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (516,16 Kcal)				
SEM 02	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (455,63 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (535,59 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA (513,36 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (484,39 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E TANGERINA (424,47 Kcal)				
ALMOÇO (12:00 H)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE CAJÚ - 601,03KCAL	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (575,04 KCAL)	CREME DE FRANGO COM MACARRÃO, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI - 676,75 KCAL	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, PURÊ DE ABÓBORA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE ACEROLA - 565,11 KCAL	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (564,25 kcal)	1553,09	275	66	24
LANCHE TARDE (15:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO (482,94 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ABACAXI + TANGERINA E BANANA (477,01 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO E BANANA (468,07 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (516,16 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA E MELÃO (425,67 Kcal)				
SEM 03	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (455,63 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MAÇÃ (484,39 KCAL)	MUNGUNZÁ COM CANELA + BANANA (454,34 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE GOIABA E MELANCIA (440,13 KCAL)					
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA - 614,91 KCAL	FRANGO ASSADO, MACARRÃO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE CAJÚ - (756,22 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA- 553,66 KCAL	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, ABÓBORA REFOGADA, E REFRESCO DE ABACAXI (575,04 KCAL)	FERIADO	1556,79	269	87	26
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA E TANGERINA (516,16 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELÃO (425,67 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA E MELÃO (482,94 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MAÇÃ E BANANA (468,07 Kcal)					
SEM 04	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MELÃO (484,39 KCAL)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (556,81 Kcal)		SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (404,57 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA (440,13 KCAL)				
ALMOÇO (12:00 H)	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA - 565,11 KCAL	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 676,75KCAL	FERIADO	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE JERIMUM E REFRESCO DE CAJÚ (673,72 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI (582,47 KCAL)	1569,2	271	66	27
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E BANANA (425,67 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO (516,16 Kcal)		BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MAÇÃ (482,94 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ E BANANA (468,07 Kcal)				
SEM 05	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (556,81 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA (497,71 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (440,13 KCAL)	CUSCUZ COM LEITE E BANANA (460,28 Kcal)	CANJA COM LEGUMES E TANGERINA (391,27 KCAL)				
ALMOÇO (12:00 H)	GUISADO DE CARNE COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 640,13 KCAL	FRANGO ASSADO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI - 659,52 KCAL	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE GOIABA - 700,58 KCAL	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE CAJÚ (673,72 Kcal)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE ACEROLA (562,72 KCAL)	1601,2	274	68	28
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA E MELÃO (477,01 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA E BANANA (468,07 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA E MELÃO (482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO (425,67Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELANCIA (516,16 Kcal)				

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



Synara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO  
MODALIDADE DE ENSINO: EJA/PROJOVEM  
ZONA Urbana  
FAIXA ETÁRIA : 19 A 60 ANOS  
PERÍODO Parcial



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 02,03,04 e 05  
NOVEMBRO - 2024

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					1/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	FTN (g) 10% a 15% do VET	LFD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU ) E MAÇÃ (404,57 kcal)	404,57	54	25	11
SEMANA 2	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	FTN (g) 10% a 15% do VET	LFD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	BATATA DOCE, ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (440,70 KCAL)	CARÁ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJÚ (417,11 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + BANANA + MELANCIA (425,67 kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE GOIABA (528,33 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MAÇÃ (391,27 KCAL)	440,61	75	23	8
SEMANA 3	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	FTN (g) 10% a 15% do VET	LFD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELÃO (454,34 KCAL)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (503,16 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (424,47 kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E BANANA (477,01 KCAL)	FERIADO	464,92	78	19	10
SEMANA 4	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	FTN (g) 10% a 15% do VET	LFD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	CUSCUZ + FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E REFRESCO CAJÚ (413,45 kcal)	MACAXEIRA COM CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (556,81 KCAL)	FERIADO	BOLO + REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E BANANA ( 468,07 kcal)	RISOTO DE FRANGO COM COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (470,6 KCAL)	480,68	87	20	5
SEMANA 5	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	FTN (g) 10% a 15% do VET	LFD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	CUSCUZ + GUISADO DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E REFRESCO CAJÚ (442,55 kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (488,34kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (440,13 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + REFRESCO DE TANGERINA + MELÃO E BANANA (468,07kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MAÇÃ (404,57 kcal)	448,73	72	23	7

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-913299299-9802 (WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81)99421-8450  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

Synara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Regular*  
MODALIDADE DE ENSINO: *Regular- Anos Finais*  
ZONA Urbana  
FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos  
PERÍODO *Parcial*



UTEC LARGO DOM LUIZ, UTEC JARDIM BOTÂNICO, UTEC CORDEIRO, UTEC CAXANGÁ, UTEC GREGÓRIO BEZERRA E UTEC ALTO SANTA TEREZINHA

NOVEMBRO - 2024

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
SEMANA 01					1/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)					COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (338,9 Kcal)	338,9	66	3	8
SEMANA 02	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ (428,24 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (402,05 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (415,42 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (393,96 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ + TANGREINA (406,59 Kcal)	409,25	79	8	7
SEMANA 03	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (338,9 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE TANGERINA + MELÃO (406,59 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MAÇÃ (415,42 Kcal)	FERIADO	397,29	71	6	9
SEMANA 04	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (406,59 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (338,9 Kcal)	FERIADO	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (415,42 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (349,22 Kcal)	377,53	63	11	8
SEMANA 05	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (402,05 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + BANANA (415,42 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (428,24 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MELÃO (406,59 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (338,9 Kcal)	398,24	74	7	8

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99428-1706 ( WHATSSAP)  
FORNECEDOR: (81)99421-8450  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

Synara Soares  
Nutricionista ORN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular  
MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais  
ZONA Urbana  
FAIXA ETÁRIA : 06 A 10 ANOS  
PERÍODO Parcial



ESCOLA MUNICIPAL MANGABEIRA

NOVEMBRO - 2024

SEMANA 01	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
					<b>1/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)					CURAU COM CANELA E MELANCIA (315,61 KCal)	315,61	62	6	8
SEMANA 02	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (351,98KCal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELÃO(322,83 Kcal)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (297,42 KCal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,70 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E TANGERINA (333,81 Kcal)	327,13	59	13	5
SEMANA 03	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BAIÃO DE DOIS (224,09 KCal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ (398,39 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (370,69 KCal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (328,74 Kcal)	FERIADO	330,47	59	14	5
SEMANA 04	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (337,26 KCal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (356,51 Kcal)	FERIADO	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (335,72 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (291,81 KCal)	330,33	59	10	7
SEMANA 05	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (351,98KCal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + BANANA (328,74 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (348,43 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI (398,39 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA (307,68 Kcal)	349,3	58	17	6

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81)99421-8450  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Integral- Anos Finais*  
MODALIDADE DE ENSINO: *Regular Anos Finais*  
ZONA Urbana  
FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos  
PERÍODO *Integral*



ESCOLA MUNICIPAL MANGABEIRA

NOVEMBRO - 2024

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHC (g)	PTN (g)	LPO (g)
SEM 01					<b>1/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)					CURAU COM CANELA E BANANA (466,37 Kcal)	1545,2	276	45	36
ALMOÇO (12:00H)					COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA (562,72 KCAL)				
LANCHE TARDE (15:00H)					COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (516,16 Kcal)				
SEM 02	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (455,63 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (535,59 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA (513,36 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (484,39 KCAL)	CUSCUZ COM OVO E REFRESCO DE GOIABA (528,33 kcal)				
ALMOÇO (12:00 H)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE CAJÚ - 601,03 KCAL	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (575,04 KCAL)	CREME DE FRANGO COM MACARRÃO, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI - 676,75 KCAL	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, PURÊ DE ABÓBORA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE ACEROLA - 565,11 KCAL	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (564,25 kcal)	1573,36	275	67	25
LANCHE TARDE (15:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO (482,94 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ABACAXI + TANGERINA E BANANA (477,01 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO E BANANA (468,07 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (516,16 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA E MELÃO (425,67 Kcal)				
SEM 03	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (455,63 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MAÇÃ (484,39 KCAL)	MUNGUNZÁ COM CANELA + BANANA (454,34 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE GOIABA E MELANCIA (440,13 KCAL)	FERIADO				
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA - 614,91 KCAL	FRANGO ASSADO, MACARRÃO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE CAJÚ - (756,22 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA- 553,66 KCAL	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, ABÓBORA REFOGADA, E REFRESCO DE ABACAXI (575,04 KCAL)		1556,79	269	87	26
LANCHE TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA E TANGERINA (516,16 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELÃO (425,67 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA E MELÃO (482,94 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MAÇÃ E BANANA (468,07 Kcal)					
SEM 04	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MELÃO (484,39 KCAL)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (556,81 Kcal)	FERIADO	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (404,57 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA (440,13 KCAL)				
ALMOÇO (12:00 H)	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA - 565,11 KCAL	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 676,75 KCAL		FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE JERIMUM E REFRESCO DE CAJÚ (673,72 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI (582,47 KCAL)	1569,2	271	56	27
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E BANANA (425,67 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELÃO (516,16 Kcal)		BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA E MAÇÃ (482,94 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ E BANANA (468,07 Kcal)				
SEM 05	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (556,81 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA (497,71 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (440,13 KCAL)	CUSCUZ COM OVO E REFRESCO DE ABACAXI (528,33 kcal)	CANJA COM LEGUMES E TANGERINA (391,27 KCAL)				
ALMOÇO (12:00 H)	GUISADO DE CARNE COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 640,13 KCAL	FRANGO ASSADO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI - 654,52 KCAL	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE GOIABA - 700,58 KCAL	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE CAJÚ (673,72Kcal)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE ACEROLA (562,72 KCAL)	1623,89	281	75	33
LANCHE TARDE (15:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA E MELÃO (477,01 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA E BANANA (468,07 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA E MELÃO (482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO (425,67 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELANCIA (516,16 Kcal)				



## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

Synara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO  
MODALIDADE DE ENSINO: EJA/PROJOVEM  
ZONA Urbana  
FAIXA ETÁRIA : 19 A 60 ANOS  
PERÍODO *Parcial*



## ESCOLA MUNICIPAL MANGABEIRA

NOVEMBRO - 2024

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
SEMANA 01					1/11/2024				
LANCHE NOITE (19:00H)					CÚRAU COM CANELA E BANANA (466,31 Kcal)	466,31	75	9	19
SEMANA 2	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024				
LANCHE NOITE (19:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (455,63 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (535,59 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA (513,36 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (484,39 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E REFRESCO DE ACEROLA (528,33 kcal)	503,46	81	26	9
SEMANA 3	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024				
LANCHE NOITE (19:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (455,63 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MELÃO (484,39 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA + BANANA (454,34 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE GOIABA E MELANCIA (440,13 Kcal)	FERIADO	458,62	78	21	8
SEMANA 4	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024				
LANCHE NOITE (19:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MELÃO (484,39 Kcal)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (556,81 Kcal)	FERIADO	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (404,57 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA (440,13 Kcal)	471,47	81	24	7
SEMANA 5	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024				
LANCHE NOITE (19:00H)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (556,81 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA (497,71 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (440,13 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E REFRESCO DE ABACAXI (528,33 kcal)	CANJA COM LEGUMES E TANGERINA (391,27 Kcal)	482,85	77	26	8

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-913299299-9802 (WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81)99421-8450  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

Synara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO - BERÇÁRIO MENOR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA (01 meses - 06 meses)

PERÍODO Integral



CRECHES MUNICIPAIS ( RPA 01 E 06 ) E CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

NOVEMBRO - 2024

	1º MÊS	2º MÊS	3º MÊS	4º e 5º MÊS	6º MÊS
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO
	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO
	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal)	PURÊ DE FRUTAS (BANANA E LARANJA MIMO) (157,15 Kcal)	VITAMINA DE FRUTAS (BANANA) (160,4 Kcal)
ALMOÇO (11:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	PURÊ DE LEGUMES AMASSADINHO (75,24 Kcal)
	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)	
LANCHE TARDE (14:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO
	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)
JANTAR (17:00h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO
	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (89,4 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (111,44 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (133,72 Kcal)	FORMULA INFANTIL ATÉ O SEXTO MÊS (156,46 Kcal)	ARROZ E CALDO DE FEIJÃO (93,2 Kcal)

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802( WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81) 98944.9783  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

O ALEITAMENTO MATERNO TAMBÉM É INDICADO ANTES DE DORMIR NESTA FAIXA ETÁRIA.

NÃO ADICIONAR SAL E AÇUCAR NAS PREPARAÇÕES

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

Synara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO - BERÇÁRIO MAIOR  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA (07 meses - 11 meses)  
PERÍODO Integral



CRECHES MUNICIPAIS ( RPA 01 E 06 ) E PARCEIRAS (RPA 01 E 06)

NOVEMBRO - 2024

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO			
	PAPA DE AVEIA (96,51 Kcal)	PAPINHA DE BATATA DOCE (102,97 KCal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (170,36 KCal)	VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA) (99 KCal)	VITAMINA DE BANANA COM MAÇÃ (162,78 KCal)			
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (45,41 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	ABACAXI E BANANA EM CUBOS(44,24 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (36,38 Kcal)			
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA( 190,62 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO ( 198,47 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA (216,89 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA (166,67kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS (173,86kcal)			
LANCHE TARDE (14:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO			
	MAÇÃ RASPADINHA (66,62 Kcal)	VITAMINA DE ACEROLA (77,54 KCal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (117,85 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBINHOS (58,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (117,85 Kcal)			
JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM FRANGO (48,79 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (75,86 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA (73,86 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (139,53 KCal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (139,53 Kcal)			
Composição nutricional (Média semanal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca(mg)	Fe (mg)
	558,58	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	458,1	235,42	251,49	6,25
		103,00	21,00	9,00				

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802( WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81) 98944.9783  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

O ALEITAMENTO MATERNO TAMBÉM É INDICADO ANTES DE DORMIR NESTA FAIXA ETÁRIA.

NÃO ADICIONAR SAL E AÇUCAR NAS PREPARAÇÕES

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃOSynara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0CARDÁPIO - CRECHE  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)  
PERÍODO integral

CRECHES MUNICIPAIS ( RPA 01 E 06 ) E CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

## NOVEMBRO - 2024

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO			
	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 KCAL)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DEJERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)			
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal))	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (68,84 Kcal)			
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)			
LANCHE TARDE (14:30h)	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO	ALEITAMENTO MATERNO			
	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)			
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (162,21 Kcal)			
Composição nutricional (Média semanal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	869,52	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	735,63	331,54	333,5	7,22
		143,0	37,0	18,0				

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802( WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81) 98944.9783  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

O ALEITAMENTO MATERNO TAMBÉM É INDICADO ANTES DE DORMIR NESTA FAIXA ETÁRIA.

NÃO ADICIONAR SAL E AÇUCAR NAS PREPARAÇÕES

# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

**Synara Soares**  
Nutricionista (CRN-6 4255)  
Mat. 105015-0

**CARDÁPIO - CRECHE**  
**ZONA URBANA**  
**FAIXA ETÁRIA (04 - 05 anos)**  
**PERÍODO Parcial**



**CRECHES MUNICIPAIS ( RPA 01 E 06 ) E CONVENIADAS (RPA 01 E 06)**

**NOVEMBRO - 2024**

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
							55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
TURN MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	757,14	139,00	30,00	12,00
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURN TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				

CONTATOS:  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802( WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81) 98944.9783  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-9

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS  
ZONA URBANA  
FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)  
PERÍODO integral  
CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 e 06) E CONVENIADAS (RPA 01 e 06)



NOVEMBRO - 2024

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
					1/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTM (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)					VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	892,14	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
LANCHE DA MANHÃ (09:00h)					MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)				
LANCHE DA TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)					SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (185,29 Kcal)				
	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DE JERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	867,04	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (185,29 Kcal)				
	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DE JERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	FERIADO	865,35	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)					
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)					
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)					
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)					
	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DE JERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	870,87	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (185,29 Kcal)				
	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (160,78 Kcal)	PÃO CASEIRO DE JERIMUM COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	867,04	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	MAMÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (346,94 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (178,86 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (161,62 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (185,29 Kcal)				

Não adicionar açúcar nas preparações.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



**Synara Soares**  
 Nutricionista CRN-6 4255  
 Mat. 1050150

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS  
 ZONA URBANA  
 FAIXA ETÁRIA (04-05 anos)  
 PERÍODO Parcial



CRECHES MUNICIPAIS ( RPA 01 E 06 ) E CONVENIADAS (RPA 01 E 06 )

NOVEMBRO- 2024

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
		1/11/2024					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNOS	ALIMENTAÇÃO	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)								
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)						733,01	149	30	9
	ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	733,01	149	30	9
	JANTAR (17:00h)					SOPA DE FEIJOÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				
		4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024				
		11/11/2024					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNOS	ALIMENTAÇÃO	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)								
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	757,14	139	30	12
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJOÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJOÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJOÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJOÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	757,14	139	30	12
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 Kcal)	SOPA DE FEIJOÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				
		11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024				
		18/11/2024					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNOS	ALIMENTAÇÃO	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)								
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	763,42	136	29	12
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJOÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJOÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJOÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJOÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FERIADO				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	763,42	136	29	12
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 Kcal)	SOPA DE FEIJOÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				
		18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024				
		25/11/2024					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNOS	ALIMENTAÇÃO	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)								
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	761,13	138	29	12
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJOÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJOÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJOÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJOÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	761,13	138	29	12
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 Kcal)	SOPA DE FEIJOÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				
		25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024				
		25/11/2024					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNOS	ALIMENTAÇÃO	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)								
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (56,10 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (90,11 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS(84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	757,14	139	30	12
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJOÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJOÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI ( 331,39Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJOÃO CARIOCA, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ (385,62 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJOÃO MACASSAR, SALADA CRUA E SUCO DE ABACAXI (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA(217,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA COZIDA COM CANELA (130,63 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	757,14	139	30	12
	JANTAR (17:00h)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 Kcal)	SOPA DE FEIJOÃO COM LEGUMES E MACARRÃO (178,66 Kcal)				

# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

Synara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Regular  
MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais  
ZONA Urbana  
FAIXA ETÁRIA : 06 A 10 ANOS  
PERÍODO Parcial



ESCOLAS MUNICIPAIS E PARCEIRAS - RPA 01 E 06

NOVEMBRO - 2024

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)				
						Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET	
SEMANA 01					1/11/2024					
	LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)				CURAU COM CANELA E MELANCIA (325,69 KCAL)	315,61	62	6	8	
SEMANA 02	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024					
	LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU (351,98KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELÃO(398,39 Kcal)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO (357,57 KCAL)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,70 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MAÇÃ (329,55 Kcal)	327,13	59	13	5
SEMANA 03	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024					
	LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BAIÃO DE DOIS (330,79 KCAL)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU (398,39 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE LIMÃO (371,69 KCAL)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (356,51 Kcal)	FERIADO	330,47	59	14	5
SEMANA 04	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024					
	LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (355,37 KCAL)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (356,51 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE LIMÃO + MELÃO (356,51 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E BANANA (330,43 KCAL)	330,33	59	10	7
SEMANA 05	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024					
	LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (351,98KCAL)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + BANANA (356,51 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (368,83 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE LIMÃO (398,39 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA (351,92 Kcal)	347,04	58	14	5

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802( WHATSAPP)  
FORNECEDOR: (81) 98944.9783  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151



## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Regular*  
MODALIDADE DE ENSINO: *Regular- Anos Finais*

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO *Parcial*

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06

NOVEMBRO - 2024

PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃOSynara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

SEMANA 01	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
					1/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)					CURAU COM CANELA E MELANCIA (420,24 KCal)	420,24	73	8	15
SEMANA 02	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (422,92 KCal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELÃO (402,05 Kcal)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO (357,57 KCal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MAÇÃ (433,98 Kcal)	402,31	65	16	9
SEMANA 03	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BAIÃO DE DOIS (330,79 KCal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA (406,59 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE LIMÃO (425,44 KCal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (415,42 Kcal)	FERIADO	429,12	65	18	9
SEMANA 04	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (355,37 KCal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (356,51 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE LIMÃO + MELÃO (356,51 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E BANANA (330,43 KCal)	383,81	65	13	9
SEMANA 05	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (422,92 KCal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + BANANA (415,42 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (475,38 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE LIMÃO + MELÃO (406,59 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA (398,88 Kcal)	423,06	65	18	9

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802( WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81) 98944.9783

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Integral- Anos Iniciais*MODALIDADE DE ENSINO: *Regular Anos Iniciais*

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : *06 a 10 anos*PERÍODO *Integral*

**ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06**  
**NOVEMBRO - 2024**

SEM	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHO (g)	PRO (g)	LPO (g)
SEM 01					<b>1/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)					COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (401,10 Kcal)	51% a 12% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET	
ALMOÇO (12:00H)					COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA (562,72 KCAL)	1201,56	237	37	30
LANCHE TARDE (15:00H)					CURAU COM CANELA E BANANA (420,24 KCAL)				
SEM 02	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ (428,24 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (402,05 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (415,42 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU + MELÃO (406,59 Kcal)	51% a 12% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE CAJU - 642,58 KCAL	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (567,26 KCAL)	CREME DE FRANGO COM MACARRÃO, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI - 677,88 KCAL	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, PURÊ DE ABÓBORA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE ACEROLA - 567,26 KCAL	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (522,86 kcal)	141,27	238	41	22
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (357,57 KCAL)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (423,03 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU (415,40 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (422,92 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E BANANA (433,98 Kcal)				
SEM 03	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (401,10 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI + MELÃO (406,59 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + MAÇÃ (415,42 Kcal)	FERIADO	55% a 12% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA, MACARRÃO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE CAJU - (565,11 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA - 580,64 KCAL	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA - 638,57 KCAL	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, ABÓBORA REFOGADA, E REFRESCO DE ABACAXI (575,04 KCAL)		1402,02	223,63	50,31	28,57
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (324,28 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (422,92 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E BANANA (431,80 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (385,37 KCAL)					
SEM 04	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA (406,59 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ (428,24 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA (401,10 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (415,42 Kcal)	55% a 12% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA - 622,37 KCAL	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 677,88 KCAL		FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE JERIMUM E REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI (580,64 KCAL)	142,43	231,51	41,09	28,54
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (422,92 KCAL)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (443,50 Kcal)		SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (412,79 KCAL)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU (385,37 KCAL)				
SEM 05	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (402,05 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + BANANA (415,42 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (428,24 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MELÃO (406,59 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ (401,10 Kcal)	55% a 12% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE GOIABA - 567,26 KCAL	GUISADO DE CARNE, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI - 638,24 KCAL	FRANGO ASSADO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 677,88 KCAL	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE ACEROLA (562,72 KCAL)	1445,02	240	57	28
LANCHE TARDE (15:00H)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (443,50 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA (425,44 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (385,37 KCAL)	CUSCUZ COM LEITE E BANANA (419,02 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELANCIA (398,88 Kcal)				

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802( WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81) 98944-9783

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE) - 3355-9151

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Integral- Anos Finais*  
MODALIDADE DE ENSINO: *Regular Anos Finais*  
ZONA Urbana  
FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos  
PERÍODO Integral



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06

NOVEMBRO - 2024

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHD (g)	PTN (g)	LPO (g)
SEM 01					<b>1/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)					COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (516,16 Kcal)	516,16	276	45	36
ALMOÇO (12:00H)					COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA (562,72 Kcal)	562,72	276	45	36
LANCHE TARDE (15:00H)					CURAU COM CANELA E BANANA (420,24 Kcal)	420,24	276	45	36
SEM 02	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO (482,94 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E BANANA (477,01 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO E BANANA (468,07 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO (478,9 Kcal)	478,9	276	45	36
ALMOÇO (12:00 H)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE CAJU - 642,58 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (567,26 Kcal)	CREME DE FRANGO COM MACARRÃO, FEIJÃO CARIÓCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI - 677,88 Kcal	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, PURÊ DE ABÓBORA, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, REFRESCO DE ACEROLA - 567,26 Kcal	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (522,86 kcal)	522,86	276	45	36
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (475,35 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (535,59 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU E MELANCIA (513,36 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (470,6 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E BANANA (468,4 Kcal)	468,4	276	45	36
SEM 03	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ E MELANCIA (516,16 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELÃO (478,9 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ E MELÃO (482,94 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E BANANA (468,07 Kcal)		478,9	276	45	36
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA, FEIJÃO CARIÓCA, ARROZ, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA - 638,57 Kcal	FRANGO ASSADO, MACARRÃO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIÓCA, REFRESCO DE CAJU - (565,11 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA - 580,64 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, ABÓBORA REFOGADA, E REFRESCO DE ABACAXI (575,04 Kcal)		575,04	276	45	36
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (475,35 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MAÇÃ (470,6 Kcal)	MUNGUNZÁ COM CANELA + BANANA (474,8 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE GOIABA E MELANCIA (490,48 Kcal)		490,48	276	45	36
SEM 04	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E MAÇÃ (478,9 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELÃO (482,94 Kcal)		COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E MAÇÃ (516,16 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ E BANANA (468,07 Kcal)	468,07	276	45	36
ALMOÇO (12:00 H)	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA - 622,37 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 677,88 Kcal	FERIADO	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE JERIMUM E REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI (580,64 Kcal)	580,64	276	45	36
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MELÃO (470,6 Kcal)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (556,81 Kcal)		SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (479,3 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE CAJU E MELANCIA (490,48 Kcal)	490,48	276	45	36
SEM 05	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA E MELÃO (477,01 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E BANANA (468,07 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELÃO (482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO (478,9 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELANCIA (516,16 Kcal)	516,16	276	45	36
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, REFRESCO DE GOIABA - 567,26 Kcal	FRANGO ASSADO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI - 638,24 Kcal	GUISADO DE CARNE COM ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 677,88 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE ACEROLA (562,72 Kcal)	562,72	276	45	36
LANCHE TARDE (15:00H)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (556,81 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA (497,71 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (490,48 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E BANANA (484,47 Kcal)	CANJA COM LEGUMES E MAÇÃ (448,38 Kcal)	448,38	276	45	36

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Integral- Anos Finais

MUNICÍPIO DE ENSINO: Regular Anos Finais (E.M.T.I Costa Porto e E.M.T.I Pedro Augusto)

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO Integral

PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃOSynara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06

## NOVEMBRO - 2024

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)		
						CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)
SEM 01					<b>1/11/2024</b>			
LANCHE MANHÃ (09:00H)					COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (516,16 Kcal)	1545,2	278	45
ALMOÇO (12:00H)					COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE GOIABA (562,72 KCAL)			38
LANCHE TARDE (15:00H)					CURAU COM CANELA E BANANA (420,24 Kcal)			
SEM 02	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>			
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO (482,94 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E BANANA (477,01 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO E BANANA (468,07 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO, BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E MELÃO (478,9 Kcal)	1546,15	269	88
ALMOÇO (12:00 H)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE CAJU - 642,58 KCAL	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (567,26 KCAL)	CREME DE FRANGO COM MACARRÃO, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI - 677,88 KCAL	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, PURÊ DE ABÓBORA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE ACEROLA - 567,26 KCAL	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (522,86 kcal)			24
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (475,35 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (535,59 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU E MELANCIA (513,36 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (470,6 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E BANANA (468,4 Kcal)			
SEM 03	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>			
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE GOIABA + MAÇÃ E MELANCIA (516,16 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELÃO (478,9 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ E MELÃO (482,94 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E BANANA (468,07 Kcal)	Feriado	1508,04	260	83
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA, MACARRÃO, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE CAJU - (565,11 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA- 580,64 KCAL	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, PURÊ DE BATATA, REFRESCO DE MANGA - 638,57 KCAL	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, ABÓBORA REFOGADA, E REFRESCO DE ABACAXI (575,04 KCAL)				28
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM ISCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ABACAXI (475,35 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MAÇÃ (470,6 KCAL)	MUNGUNZÁ COM CANELA + BANANA (474,8 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE GOIABA E MELANCIA (490,48 KCAL)				
SEM 04	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>			
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E MAÇÃ (478,9 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELÃO (482,94 Kcal)		COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E MAÇÃ (516,16 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ E BANANA (468,07 Kcal)	1587,52	27	87
ALMOÇO (12:00 H)	ISCA DE CARNE ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, REFRESCO DE GOIABA - 622,37 KCAL	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 677,88 KCAL	FERIADO	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE JERIMUM E REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI (580,64 KCAL)			28
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MELÃO (470,6 KCAL)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (556,81 Kcal)		SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (479,3 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE CAJU E MELANCIA (490,48 KCAL)			
SEM 05	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>			
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA E MELÃO (477,01 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJU + MELANCIA E BANANA (468,07 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + TANGERINA E MELÃO (482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ E MELÃO (478,9 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MELANCIA (516,16 Kcal)	1572,41	277	85
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE GOIABA - 567,26 KCAL	GUISADO DE CARNE, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI - 638,24 KCAL	FRANGO ASSADO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 677,88 KCAL	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE BATATA E REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE ACEROLA (562,72 KCAL)			28
LANCHE TARDE (15:00H)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (556,81 Kcal)	CREME DE ABÓBORA COM FRANGO, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA (497,71 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (490,48 KCAL)	CUSCUZ COM LEITE E BANANA (484,47 Kcal)	CANJA COM LEGUMES E MAÇÃ (448,38 KCAL)			

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**



**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO  
MODALIDADE DE ENSINO: EJA/PROJOVEM  
ZONA Urbana  
FAIXA ETÁRIA : 19 A 60 ANOS  
PERÍODO *Parcial*



**ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06**  
**NOVEMBRO - 2024**

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PRO (g) 10% a 15% do VET	LPO (g) 15% a 30% do VET
SEMANA 01					<b>1/11/2024</b>				
LANCHE NOITE (19:00H)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU ) E MAÇÃ (479,8 kcal)	404,57	54	25	11
SEMANA 2	<b>4/11/2024</b>	<b>5/11/2024</b>	<b>6/11/2024</b>	<b>7/11/2024</b>	<b>8/11/2024</b>				
LANCHE NOITE (19:00H)	BATATA DOCE, ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (479,95 KCAL)	CARÁ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES + REFRESCO DE CAJU (473,12 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (497,01 kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE GOIABA (528,33 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MAÇÃ (448,38 KCAL)	460,21	76	26	7
SEMANA 3	<b>11/11/2024</b>	<b>12/11/2024</b>	<b>13/11/2024</b>	<b>14/11/2024</b>	<b>15/11/2024</b>				
LANCHE NOITE (19:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELÃO (474,8 KCAL)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (503,16 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E BANANA (479,8 kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (477,01 KCAL)	FERIADO	474,01	73	23	10
SEMANA 4	<b>18/11/2024</b>	<b>19/11/2024</b>	<b>20/11/2024</b>	<b>21/11/2024</b>	<b>22/11/2024</b>				
LANCHE NOITE (19:00H)	CUSCUZ + FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E REFRESCO CAJU (473,29 kcal)	MACAXEIRA COM CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (556,81 KCAL)	FERIADO	SOPA DE CARNE COM LEGUMES + REFRESCO DE MANGA E MELANCIA ( 476,8 kcal)	RISOTO DE FRANGO COM COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO (470,6 KCAL)	464,8	78	25	7
SEMANA 5	<b>25/11/2024</b>	<b>26/11/2024</b>	<b>27/11/2024</b>	<b>28/11/2024</b>	<b>29/11/2024</b>				
LANCHE NOITE (19:00H)	CUSCUZ + GUISADO DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E REFRESCO CAJU (497,5 kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (488,52kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (490,48 Kcal)	BATATA DOCE, CARNE MOÍDA AO MOLHO COM LEGUMES + REFRESCO DE TANGERINA (477,01kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MAÇÃ (479,8 kcal)	454,09	70	27	8

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Regular*

MODALIDADE DE ENSINO: *Regular- Anos Finais*

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO *Parcial*

Synara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat 105015-0

PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO



UTEC SANTO AMARO, UTEC CRISTIANO DONATO, UTEC COQUE, UTEC GERALDÃO, UTEC IBURA E UTEC BOA VIAGEM (RPA 01 E 06)

NOVEMBRO - 2024

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
						Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
SEMANA 01					1/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)					COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE LIMÃO + MELÃO (401,10 Kcal)	338,9	66	3	8
SEMANA 02	4/11/2024	5/11/2024	6/11/2024	7/11/2024	8/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ (428,24 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE TANGERINA + BANANA (402,05 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (415,42 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (406,59 Kcal)	409,25	77	8	7
SEMANA 03	11/11/2024	12/11/2024	13/11/2024	14/11/2024	15/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR CACAU COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (401,10 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE TANGERINA + MELÃO (406,59 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE LIMÃO + BANANA (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MAÇÃ (415,42 Kcal)	FERIADO	404,53	73	7	11
SEMANA 04	18/11/2024	19/11/2024	20/11/2024	21/11/2024	22/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (406,59 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR LIMÃO COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (401,10 Kcal)	FERIADO	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + BANANA (415,42 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (385,37 Kcal)	377,53	63	11	8
SEMANA 05	25/11/2024	26/11/2024	27/11/2024	28/11/2024	29/11/2024				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (402,05 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + BANANA (415,42 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (428,24 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MELÃO (406,59 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO SABOR GOIABA COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (401,10 Kcal)	398,24	74	7	8

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (01 - 03 anos) (04 - 05 anos)

PERÍODO *Parcial/Integral*

CARDÁPIO DA AGRICULTURA FAMILIAR

CRECHES MUNICIPAIS (RPA 01 A 06) E CONVENIADAS (RPA 02,03,04 e 05)

NOVEMBRO - 2024

## ITENS DA AGRICULTURA FAMILIAR

TURNO	CREME DE FRUTAS*	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	VIT C (mg)	VIT A (mcg)	Fe (mg)	Na (mg)
		226,8	19,67	15,4	1,44	**	**	**	47,6
ALMOÇO	1 DIA								

\*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

## OBSERVAÇÕES:

CREME DE FRUTAS: SERÁ OFERTADO NO DIA 06/11/2024

(SUJEITO A ALTERAÇÃO DE OFERTA DEVIDO À LOGÍSTICA, MATURAÇÃO DAS FRUTAS E ESTOQUE)

## CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Ensino Regular



MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais/Finia/Utec's/Escola de Frevo/Cervac/Guri/Arte João Pernambuco/Profissionalizante

**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : (06 A 10 ANOS) (11 A 14 ANOS)

PERÍODO *Parcial*

CARDÁPIO DA AGRICULTURA FAMILIAR

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 A 06

NOVEMBRO - 2024

ITENS DA AGRICULTURA FAMILIAR

TURNO	*				* .				*			
	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET
LANCHE MANHÃ / TARDE	DIA				DIA				DIA			

\*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

OBSERVAÇÕES:

(SUJEITO A ALTERAÇÃO DE OFERTA DEVIDO À LOGÍSTICA, MATURAÇÃO DAS FRUTAS E ESTOQUE)

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151



## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO : Ensino Integral - Anos Iniciais/Finais

MODALIDADE DE ENSINO: Ensino Integral - Anos Iniciais/Finais

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : (06 A 10 ANOS) (11 A 14 ANOS)

PERÍODO Integral

CARDÁPIO DA AGRICULTURA FAMILIAR

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 A 06

NOVEMBRO - 2024

ITENS DA AGRICULTURA FAMILIAR

TURNO	COMPOSTO LÁCTEO SABOR CACAU*								GELADO DE FRUTAS*							
	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET
	185	24	6,7	6,7					266	45,5	27,16	5,71				
LANCHE MANHÃ																
ALMOÇO									1 DIA							
LANCHE TARDE	2 DIAS															

\*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

## OBSERVAÇÕES:

COMPOSTO LÁCTEO SABOR CACAU: SERÁ OFERTADO NOS DIAS 06/10 E 08/10/2024.

GELADO DE FRUTAS: SERÁ OFERTADO NO DIA 06/11/2024

(SUJEITO A ALTERAÇÃO DE OFERTA DEVIDO À LOGÍSTICA, MATURANÇA DAS FRUTAS E ESTOQUE)

## CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃOSynara Soares  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

## CARDÁPIO

MODALIDADE DE ENSINO: EJA/PROJOVEM

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 19 A 60 ANOS

PERÍODO *Parcial*

PREFEITURA DO RECIFE  
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO  
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

**Synara Soares**  
Nutricionista CRN-6 4255  
Mat. 105015-0

## CARDÁPIO DA AGRICULTURA FAMILIAR

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 A 06

NOVEMBRO - 2024

## ITENS DA AGRICULTURA FAMILIAR

TURNO					COMPOSTO LÁCTEO SABOR CAFÉ*				GELADO DE FRUTAS*							
	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET	Kcal	CHO (g) 55 a 65% do VET	PTN (g) 10 a 15% do VET	LIP (g) 15 a 30% do VET
						176	24	6,3	6,3	266	45,5	27,16	5,71			
LANCHE NOITE					9 DIAS				1 DIAS							

\*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

## OBSERVAÇÕES:

COMPOSTO LÁCTEO SABOR CAFÉ SERÁ OFERTADO NOS DAS 04/11, 05/11, 06/11, 07/11, 08/11, 11/11, 12/11, 13/11, 14/11/2024  
GELADO DE FRUTAS: SERÁ OFERTADO NO DA 06/11

(SUJEITO A ALTERAÇÃO DE OFERTA DEVIDO À LOGÍSTICA, MATUREZAÇÃO DAS FRUTAS E ESTOQUE)

## CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)  
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151