

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE						MEDIA SEMANAL
CARDÁPIO – PEI Mª IMACULADA E FLORA						
Semana do dia 09/02/2026 a 13/02/2026						
	2º Feira 09/02	3ºFeira 10/02	4ºFeira 11/02	5º Feira 12/02	6º Feira 13/02	
Café da Manhã ou da tarde	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com mussarela Leite com cacau 70%	
Almoço Ou jantar	Macarrão com molho de frango	Arroz e feijão Purê de batata com carne moída e vagem Salada: Alface e tomate	Feijoada de pernil Arroz Couve refogada Salada: Vinagrete Fruta: Laranja	Arroz com frango Feijão Abobrinha refogada Salada: Repolho com cenoura Fruta: Uva	Arroz e estrogonofe de carne Batata palha Salada: Pepino com tomate Fruta: Banana	
Lanche	Bolo de fubá Suco de laranja	logurte e cereal	Bolo de Baunilha Suco de melancia	Bolo de banana. Suco de abacaxi	Bolo de laranja Suco de Maracujá	
FICHA TÉCNICA						
Kcal (Dia)	772,2	803,5	562,2	627,2	660,3	685,08
Carboidratos (g)	114,4	114,1	93,3	95,1	105,0	104,38
Proteínas (g)	27,0	36,3	21,1	19,8	28,3	26,5
Lipideos(g)	24,8	22,5	11,9	19,3	14,0	18,5
Fibras (g)	5,7	7,2	3,9	8,1	8,8	6,74
Vitamina A (mcg)	114,9	103,1	88,4	81,5	87,2	95,02
Vitamina C (mcg)	68,9	32,1	10,3	17,8	14,8	28,78
Sódio (mg)	1056,5	691,3	590,7	628,7	901,2	773,68
Cálcio (mg)	290,8	212,0	163,2	202,0	213,1	216,22
Ferro (mg)	4,0	4,0	3,1	2,9	5,6	3,92

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE						MEDIA SEMANAL
CARDÁPIO – PEI Mª IMACULADA E FLORA						
Semana do dia 16/02/2026 a 20/02/2026						
	2º Feira 16/02	3ºFeira 17/02	4ºFeira 18/02	5º Feira 19/02	6º Feira 20/02	
Café da Manhã ou da tarde	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com mussarela Leite com cacau 70%	
Almoço Ou jantar	Macarrão com carne moída	Arroz e feijão Farofa de ovos com cenoura e abobrinha Salada: Alface e tomate Fruta: Uva	Arroz de forno com feijão Chuchu com ovos Fruta: Banana	Arroz e feijão Quibe Assado Salada: Beterraba e cenoura Fruta: Laranja	Arroz e estrogonoff de frango Batata Palha Salada: Repolho e tomate Fruta: Abacaxi	
Lanche	Bolo de laranja Leite com chocolate	logurte com cereal	Bolo Simples Vitamina de frutas	Torta de frango Suco de laranja	Bolo de banana Suco de maracujá	
FICHA TÉCNICA						
Kcal (Dia)	662,3	622,0	644,6	1360,4	801,0	818,06
Carboidratos (g)	98,9	101,5	100,3	211,6	135,4	129,54
Proteínas (g)	37,6	20,8	35,1	34,9	24,5	30,58
Lipideos(g)	13,4	15,0	10,6	42,2	18,5	19,94
Fibras (g)	7,2	7,9	6,7	14,7	10,3	9,36
Vitamina A (mcg)	90,0	129,1	99,8	184,4	126,7	126
Vitamina C (mcg)	15,9	35,0	6,8	37,4	20,2	23,06
Sódio (mg)	728,9	1095,7	1137,2	986,7	1127,9	1.015,28
Cálcio (mg)	192,0	206,3	174,3	296,4	237,2	221,24
Ferro (mg)	2,9	3,5	2,7	4,4	5,1	3,72

- CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:4603

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE						MÉDIA SEMANAL
CARDÁPIO – PEI Mª IMACULADA E FLORA						
Semana do dia 23/02/2026 a 27/02/2026						
	2º Feira 23/02	3ºFeira 24/02	4ºFeira 25/02	5º Feira 26/02	6º Feira 27/02	
Café da Manhã ou da tarde	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com mussarela Leite com cacau 70%	
Almoço Ou jantar	Arroz com frango e feijão	Arroz e feijão Carne em tiras com mandioca Salada: Alface e tomate Fruta: Abacaxi	Arroz e feijão Tilápia assada com legumes Salada: Acelga e pepino Fruta: Uva	Arroz e feijoada de pernil Couve refogada Salada: Vinagrete Fruta: Laranja	Arroz e estrogonofe de carne Batata Palha Salada: Rúcula com cenoura Fruta: Banana	
Lanche	Bolo de fubá Suco de abacaxi	Iogurte e cereal de milho	Bolo Laranja Vitamina de frutas	Bolo de banana Leite com chocolate	Bolo baunilha Suco de laranja	
FICHA TÉCNICA						
Kcal (Dia)	801,0	1.008,4	809,4	644,6	1.360,4	924,76
Carboidratos (g)	135,4	136,9	98,6	100,3	211,6	136,56
Proteínas (g)	24,5	35,3	46,9	35,1	34,9	35,34
Lipídeos(g)	18,5	37,1	24,5	10,6	42,2	26,58
Fibras (g)	10,3	10,6	7,7	6,7	14,7	10
Vitamina A (mcg)	126,7	85,0	89,6	99,8	184,4	117,1
Vitamina C (mcg)	20,2	48,6	30,0	6,8	37,4	28,6
Sódio (mg)	1127,9	1.331,2	982,5	1.137,2	986,7	1.113,10
Cálcio (mg)	237,2	224,4	241,2	174,3	296,4	234,7
Ferro (mg)	3,3	4,5	4,0	2,7	4,4	3,78

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE						MEDIA SEMANAL
CARDÁPIO – PEI Mª IMACULADA E FLORA						
Semana do dia 02/03/2026 a 06/03/2026						
	2º Feira 02/03	3ºFeira 03/03	4ºFeira 04/03	5º Feira 05/03	6º Feira 06/03	
Café da Manhã ou da tarde	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com mussarela Leite com cacau 70%	
Almoço Ou jantar	Macarrão com molho de carne moída	Arroz e feijão Escondidinho de frango Salada: Repolho com tomate Fruta: Abacaxi	Arroz e feijão Quibe recheado Assado Brócolis refogado com alho Salada: Alface Fruta: Uva	Arroz e feijão Omelete de forno com legumes Salada: Pepino Fruta: Banana	Arroz e estrogonoff de frango Batata Palha Salada: Repolho e cenoura Fruta: Mamão	
Lanche	Bolo de cenoura Suco de abacaxi	logurte com cereal	Bolo de Abacaxi Suco de melancia	Torta de frango Suco de abacaxi	Bolo pão de ló Vitamina de frutas	
FICHA TÉCNICA						
Kcal (Dia)	1.008,4	809,4	565,2	793,8	635,8	762,52,18
Carboidratos (g)	136,9	98,6	93,3	132,9	95,5	111,44
Proteínas (g)	35,3	46,9	21,1	21,4	22,3	29,4
Lipídeos(g)	37,1	24,5	11,9	19,2	18,2	22,18
Fibras (g)	10,6	7,7	3,9	6,8	3,8	6,56
Vitamina A (mcg)	85,0	89,6	88,4	90,2	114,9	93,62
Vitamina C (mcg)	48,6	30,0	10,3	18,1	12,4	23,88
Sódio (mg)	1.331,2	982,5	590,7	1.501,3	431,5	967,44
Cálcio (mg)	224,4	241,2	163,2	180,6	270,2	215,92
Ferro (mg)	4,5	4,0	3,1	3,7	3,0	3,66

- **CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO**

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio **CRN:46038**

DIRETORIA MUNICIPAL DE EDUCACAO DE SARAPUI PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTACAO ESCOLAR- PNAE						MÉDIA SEMANAL
CARDÁPIO – PEI Mª IMACULADA E FLORA						
Semana do dia 09/03/2026 a 13/03/2026						
	2º Feira 09/03	3ºFeira 10/03	4ºFeira 11/03	5º Feira 12/03	6º Feira 13/03	
Café da Manhã ou da tarde	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com margarina Leite com cacau 70%	Bisnaguinha com requeijão Leite com cacau 70%	Pão com mussarela Leite com cacau 70%	
Almoço Ou jantar	Arroz de forno com legumes Feijão	Arroz e feijão Carne moída com cenoura Pure de batata Salada: Alface e tomate Fruta: Uva	Macarrão com brócolis e molho branco Frango Assado Fruta: Banana	Feijoada de Pernil Arroz Couve refogada Salada: Vinagrete Fruta: Laranja	Arroz e estrogonoff de Carne Batata palha Salada: Couve Flor Fruta: Mamão	
Lanche	Bolo pão de ló e suco de laranja	logurte com cereal	Bolo de laranja Suco de melancia	Salada de frutas	Torta de frango Suco de abacaxi	
FICHA TÉCNICA						
Kcal (Dia)	1.244,0	927,5	839,3	745,2	627,3	876,66
Carboidratos (g)	206,1	140,6	107,1	128,5	96,9	135,84
Proteínas (g)	34,4	39,2	27,8	25,9	18,4	29,14
Lipídeos(g)	31,1	23,5	34,9	13,7	19,4	24,52
Fibras (g)	14,7	6,7	7,2	5,3	8,5	8,48
Vitamina A (mcg)	78,0	104,0	184,4	90,2	117,5	114,82
Vitamina C (mcg)	20,1	16,2	22,0	10,3	19,7	17,66
Sódio (mg)	706,1	884,7	1431,0	979,5	855,4	971,34
Cálcio (mg)	211,4	186,8	262,8	172,8	210,5	208,86
Ferro (mg)	4,2	4,5	4,4	3,7	3,5	4,06

CARDÁPIO PODE SOFRER ALTERAÇÕES SEM AVISO PRÉVIO

Nutricionista: Daniele Idro Sbroglio CRN:46038

