

Cardápios / Secretaria Municipal de Educação de Candelária- PNAE

INVERNO - 01/06/2026 a 28/08/2026

Semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1 _____	Lentilhada c/cenoura batata e carne Arroz e Salada	Massa c/carne moída Salada Fruta	Arroz, Feijão Carne de frango c/legumes Fruta	Bolo Chocolate quente	Sopa de carne c/legumes Ovo Pão
2 _____	Galinhada/Risoto Pão Salada	Sanduíche Leite Fruta	Arroz, Feijão Carne moída c/molho Salada Fruta	Polenta c/ molho de frango e legumes Fruta	Arroz/Feijão Carne suína c/ aipim Salada
3 _____	Sopa de feijão c/massa, carne e legumes Fruta	Pão c/ margarina ou schmier Chocolate quente	Carreteiro Feijão Salada	Lentilhada c/legumes, carne e ovo, Arroz/Salada	Sopa de frango c/ legumes Pão
4 _____	Omelete Arroz colorido/feijão Fruta	Arroz/Feijão Carne c/moranga Salada e Fruta	Galinhada/Risoto/Feijão Pão Salada	Pão c/ molho de carne Fruta	Arroz/Feijão Carne moída c/legumes Salada
5 _____	Polenta colorida c/ molho de carne e legumes Fruta	Torta salgada Creme de chocolate Fruta	Feijoada(legumes e carne)/ Arroz Fruta	Arroz/Feijão Carne c/molho Salada	Lentilhada c/legumes, massa e carne Pão Fruta

PE/6-10/11- 15a

Energia: 238,9/349,47/451,95 Kcal

Proteína: 9/13/17 g

Lipídeo: 7,6/11,2/14,6 g

Carboidrato: 34/50,8/64,2g

Sódio: 406,4/582,21/776,72mg

*O cardápio poderá sofrer alterações devido à safra, local de compra ou qualidade do alimento.

*Solicitamos que em caso de substituição das preparações sugeridas deve-se preparar alguma similar, como por exemplo:

Bolo: Cuca/Biscoito/Torta de bolacha

Sanduíche: Pizza/Torta salgada/Pão recheado/Pão

Leite: Chocolate quente/Batida de leite c/fruta/Creme de leite

*A fruta poderá ser oferecida em qualquer refeição, assim como o suco, desde que oferecida semanalmente!