

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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)

MARÇO- 2023

	1º MÊS	2º MÊS	3º MÊS	4º e 5º MÊS	6º MÊS
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	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)	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)	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)	PURÊ DE LEGUMES AMASSADINHO (75,24 Kcal)
LANCHE TARDE (14:30h)	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)	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:

**Não adicionar sal e açúcar
nas preparações.**

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

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

CARDÁPIO - BERÇÁRIO MAIOR
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA (07 meses - 1 ano)
PERÍODO Integral



CRECHES CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (146,26 Kcal)	PAPINHA DE INHAME (99,51 KCAL)	MINGAU DE BANANA COM AVEIA (249,66 KCAL)		VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA) (99 KCAL)		VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (170,36 KCAL)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (45,41 Kcal)	MELÃO E MAMÃO EM CUBOS (34,76 Kcal)	MAÇÃ RASPADINHA (66,62 Kcal)		MELANCIA E MAMÃO EM CUBOS(36,38 Kcal)		MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (58,86 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR (216,89 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO E SALADA CRUA (190,62 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E PURÊ DE ABÓBORA (198,47 Kcal)		FRANGO EM ÍSCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA (160,26 KCAL)		COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO E LEGUMES COZIDOS (186,48 Kcal)	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ RASPADINHA (66,62 Kcal)	VITAMINA DE ACEROLA (71,54 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (117.85 Kcal)		BANANA E MELÃO (63,39 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (117.85 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (80,15 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO (73,86 Kcal)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM FRANGO (71,39 KCAL)		INHAME COM CARNE MOÍDA (73,04 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (79,53 KCAL)	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca(mg)	Fe (mg)
	519	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		94	21	9				

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

Não adicionar sal e açúcar nas preparações.



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



CRECHES CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (201,79 Kcal)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)		CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)		PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)		MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)		MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 Kcal)		FRANGO EM ÍSCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 Kcal)		COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE MARACUJÁ (313,13 Kcal)	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)		BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37Kcal)		INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 Kcal)	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	880	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		147	38	19				

Não adicionar açúcar nas preparações.

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132 99299-9802 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (81) 3019-3524

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



CRECHES CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

MARÇO - 2023

		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
TURN MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO EM ÍSCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE MARACUJÁ (313,13 Kcal)	434,35	91	24	10
TURN TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (207,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCAL)	322	74	12	6

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/99299-9802 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (81) 3019-3524

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)

PERÍODO Integral



CRECHES CONVENIADAS (SANT'ANA) - (RPA 01 E 06)

MARÇO - 2023

		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 INTEGRAL	CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (221,79 KCAL)	PAPA DE AVEIA E BANANA CORTADINHO (163,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO E AVEIA (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO CORTADINHO(205,37Kc al)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)				
	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO EM ÍSCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE MARACUJÁ (313,13 Kcal)	992,2	172,5	40,1	19,0
	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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 CONVENIADAS - RPA 01 e 06

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-	TERÇA-	QUARTA-	QUINTA-	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	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)			CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (340,03 KCal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (356,51 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (351,98KCal)	314,2	53	12	4
SEMANA 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	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)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (401,10 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO(371,97 KCal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (402,05 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELÃO (351,92 Kcal)	330,1	48	10	6
SEMANA 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	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)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (357,57 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA(428,24 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE TANGERINA (321,97 KCal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	354,8	63	12	7
SEMANA 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	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 MAÇÃ (333,29 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,70 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (333,83 kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE MANGA (328,74 Kcal)	PÃO + REQUEIJÃO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ(415,40 Kcal)	340,8	63	11	6
SEMANA 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	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)	MUNGUNZÁ COM CANELA (313,90 KCal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (402,05 Kcal)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (296,73 kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE ACEROLA (428,24 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MAÇÃ (330,79 Kcal)	332	59	10	8

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132 99299-9802 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (81) 3019-3524

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	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)			CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (432,66 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (415,42 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (422,92Kcal)	411,86	68,00	16,00	7,00
SEMANA 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	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)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (401,10 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO(443,50 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (402,05 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELÃO (398,88 Kcal)	401,84	71	14	8
SEMANA 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	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)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (419,02 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA(428,24 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE TANGERINA (462,54 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	430,07	73	15	10
SEMANA 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	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 MAÇÃ (420,24 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (363,83 kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE MANGA (401,10 Kcal)	PÃO + REQUEIJÃO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ(415,40 Kcal)	413,09	71	15	9
SEMANA 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	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)	MUNGUNZÁ COM CANELA E MELÃO (431,80 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (402,05 Kcal)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (296,73 kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE ACEROLA (428,24 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MAÇÃ (412,79 Kcal)	416,72	74	13	9

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 e 06

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 1			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)			PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA), REFRESCO DE MANGA + BANANA (497,62Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO + MELÃO (555,46 kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MELANCIA (500,55 Kcal)	485	82	20	10
SEMANA 2	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (401,10 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (402,05 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (500,55 Kcal)	439	75	16	7
SEMANA 3	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (484,47KCAL)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA(428,24 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE GOIABA + MELÃO(490,48 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	455	78	21	8
SEMANA 4	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	CURAU COM CANELA E MELÃO (469,78 KCAL)	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (CENOURA, BATATA) + REFRESCO DE CAJÚ (473,12 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + BANANA + MELANCIA (497,01 kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE GOIABA (528,33 Kcal)	PÃO + REQUEIJÃO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ(415,40 Kcal)	452	74	21	11
SEMANA 5	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (402,05 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE LIMÃO E MAÇÃ (470,6 KCAL)	BOLO SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE ACEROLA (428,24 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE GOIABA+ MELANCIA (490,48 Kcal)	488	86	18	9

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

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



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 e 06

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)			CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (419,02 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MAMÃO (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (402,05 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00H)			CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (567,26 KCAL)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (522,86 kcal)	1366	220	63	22
LANCHE TARDE (15:00H)		COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (401,10 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA (406,05 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (402,05 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (422,92KCAL)				
SEM 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)		BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + BANANA + REFRESCO DE CAJÚ (415,42 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FERIADO	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI (603,38 kcal)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE CAJÚ - (567,26 KCAL)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA - 642,58 KCAL	1440	245	60	24
LANCHE TARDE (15:00H)		MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO (443,50 KCAL)	MUNGUNZÁ COM CANELA E MAÇÃ (431,80 KCAL)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (385,37 Kcal)	PÃO + REQUEIJÃO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (415,40 Kcal)				
SEM 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (402,05 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (402,05 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (401,10 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE ACEROLA (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE MANGA (415,42 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO E REFRESCO DE ABACAXI - 682,37	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA CRUA, REFRESCO DE GOIABA - 638,57 KCAL	FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 KCAL	ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE JERIMUM, REFRESCO DE CAJÚ - 622,37 KCAL	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA- 638,24 KCAL	1386	235	60	24
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (419,02 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (462,54 KCAL))	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE MANGA (406,05 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (433,98 Kcal)				
SEM 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (420,24 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MAMÃO (415,42 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE MANGA (401,10 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE MANGA + MELÃO (402,05 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA 638,24 KCAL	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI - 677,88 KCAL	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE GOIABA - 525,02 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 KCAL	1376	231	57	27
LANCHE TARDE (15:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (428,24 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (412,79 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (419,02 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (415,40 Kcal)				
SEM 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MUNGUNZÁ COM CANELA E MELÃO (431,80 KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + BANANA (402,05 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE CAJÚ (401,10 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (385,37 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE MANGA - 567,26 KCAL	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, PURÊ DE BATATA INGLESA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 KCAL	FÍGADO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA - 638,24 KCAL	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU- 638,24 KCAL	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ACEROLA - 642,58 KCAL	1467	249	61	26
LANCHE TARDE (15:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (415,42 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO (443,50 KCAL)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA (422,92 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE ABACAXI (428,24 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MAÇÃ (330,79 Kcal)				

CONTATOS:
 GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132 99299-9802 (WHATSAPP)
 FORNECEDOR: (81) 3019-3524

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

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

MARÇO - 2023

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)			CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (419,02 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MAMÃO (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA + MELÃO (402,05 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00H)			CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (567,26 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (522,86 kcal)	1462	253	65	24
LANCHE TARDE (15:00H)			PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA (406,05 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (402,05 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (412,79 Kcal)				
SEM 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)		BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + BANANA + MAÇÃ E REFRESCO DE CAJÚ (415,42 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FERIADO	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI (603,38 kcal)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE CAJÚ - (567,26 Kcal)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA - 642,58 Kcal	1575	278	64	24
LANCHE TARDE (15:00H)		MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO (443,50 Kcal)	MUNGUNZÁ COM CANELA E MAÇÃ (431,80 Kcal)	SANDUICHÊ DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (385,37 Kcal)	PÃO + REQUEIJÃO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (415,40 Kcal)				
SEM 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA + MAÇÃ (402,05 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (402,05 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (401,10 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE ACEROLA (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE MANGA (415,42 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO E REFRESCO DE ABACAXI - 682,37	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA CRUA, REFRESCO DE GOIABA - 638,57 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal	ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE JERIMUM, REFRESCO DE CAJÚ - 622,37 Kcal	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA - 638,24 Kcal	1552	274	65	26
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (419,02 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (462,54 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE MANGA (406,05 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (433,98 Kcal)				
SEM 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (420,24 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + MAMÃO (415,42 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE MANGA (401,10 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE MANGA + MELÃO e MELANCIA (419,02 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA 638,24 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI - 677,88 Kcal	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE GOIABA - 525,02 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal	1528	263	64	29
LANCHE TARDE (15:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (428,24 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (412,79 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (432,66 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (415,40 Kcal)				
SEM 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MUNGUNZÁ COM CANELA E MELÃO (431,80 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + BANANA + MELANCIA (402,05 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE CAJÚ (401,10 Kcal)	SANDUICHÊ DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (385,37 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE MANGA - 567,26 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, PURÊ DE BATATA INGLESA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA - 638,24 Kcal	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU - 638,24 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ACEROLA - 642,58 Kcal	1604	280	66	27
LANCHE TARDE (15:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (415,42 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO (443,50 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA (422,92 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE ABACAXI (428,24 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MAÇÃ (398,88 Kcal)				

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

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*



UTEC FRIA

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	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 MANGA E BANANA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (415,42 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA+ MELÃO (428,24 Kcal)	401	94	5	10
SEMANA 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	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)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (401,10 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE MANGA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇA (402,05 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE TANGERINA (428,24 Kcal)	414	73	11	9
SEMANA 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	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 + REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (402,05 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA(428,24 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (401,10 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	411	79	8	7
SEMANA 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	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 GOIABA+ MELÃO(428,24 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA+ MAMÃO (415,42 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAÇA E REFRESCO DE TANGERINA (401,10 Kcal)	PÃO + REQUEIJÃO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ(415,40 Kcal)	417	76	9	13
SEMANA 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	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 ACEROLA + MELANCIA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (402,05 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE CAJÚ (401,10 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE ACEROLA (428,24 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	422	73	15	11

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

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

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)

MARÇO - 2023

	1º MÊS	2º MÊS	3º MÊS	4º e 5º MÊS	6º MÊS
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	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)	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)	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)	PURÊ DE LEGUMES AMASSADINHO (75,24 Kcal)
LANCHE TARDE (14:30h)	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)	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)

Não adicionar sal
e 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 DE RECIFE - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



CARDÁPIO - BERÇÁRIO MAIOR
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA (07 meses - 1 ano)
PERÍODO Integral



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

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (146,26 Kcal)	PAPINHA DE INHAME (99,51 KCAL)	MINGAU DE BANANA COM MELANCIA (249,66 KCAL)		VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA) (99 KCAL)		VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (170,36 KCAL)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (45,41 Kcal)	MELÃO E MAMÃO EM CUBOS (34,76 Kcal)	MAÇÃ RASPADINHA (66,62 Kcal)		MELANCIA E MAMÃO EM CUBOS(36,38 Kcal)		MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (58,86 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR (216,89 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO E SALADA CRUA (190,62 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO E PURÊ DE ABÓBORA (198,47 Kcal)		FRANGO EM ÍSCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA COZIDA (160,26 KCAL)		COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO E LEGUMES COZIDOS (186,48 Kcal)	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ RASPADINHA (66,62 Kcal)	VITAMINA DE ACEROLA (71,54 KCAL)	SALADÁ DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (117,85 Kcal)		BANANA E MELÃO (63,39 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (117,85 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (80,15 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO (73,86 Kcal)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM FRANGO (71,39 KCAL)		INHAME COM CARNE MOÍDA (73,04 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (79,53 KCAL)	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca(mg)	Fe (mg)
	519	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	94	21	9	443				

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

Não adicionar sal e açúcar nas preparações.

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



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

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (201,79 Kcal)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)		CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)		PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)		MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)		MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 Kcal)		FRANGO EM ÍSCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 Kcal)		COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE MARACUJÁ (313,13 Kcal)	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)		BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37Kcal)		INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 Kcal)	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	880	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	147	38	19	725				

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.

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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)

MARÇO - 2023

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
TURNO							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
								55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	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 CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	434,35	91	24	10
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO EM ÍSCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE MARACUJÁ (313,13 Kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (207,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	372	74	12	6
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCAL)				

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

CARDÁPIO - CRECHE ALBÉRICO DORNELAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)

PERÍODO Integral



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

MARÇO - 2023

		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)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (221,79 Kcal)	PAPA DE AVEIA E BANANA CORTADINHO (163,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO E AVEIA (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO CORTADINHO(205,37Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)				
	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 Kcal)	FRANGO EM ÍSCA ACEBOLADA, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 Kcal)	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES COZIDOS E SUCO DE MARACUJÁ (313,13 Kcal)	992	173	40	19
	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 Kcal)				

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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

PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)

PERÍODO integral



Alimentação saudável e nutritiva

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

MARÇO - 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)			VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)			MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)			FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	520	91	22	10
LANCHE TARDE (14:30h)			SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)			ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 Kcal)				
	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)		PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)		MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (11:30h)	FERIADO	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	707	119	30	15
LANCHE TARDE (14:30h)		BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)		MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 Kcal)				
	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (201,79 KCAL)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)		55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	880	146,973	38	19
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 Kcal)				
	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (201,79 KCAL)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)		55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	880	146,973	38	19
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 Kcal)				
	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (201,79 KCAL)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)		55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	880	147	38	19
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 Kcal)				

Não adicionar açúcar nas preparações.

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9191/3355-9132/ 99299-8802 (WHATSAPP)
FONECELDOR: (81)98421-8460
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



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)

MARÇO - 2023

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
				01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)			MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)			FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)	372	34	10	4
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)			SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	321	39	7	3
	JANTAR (17:00h)			ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				
		06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023				
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	FERIADO	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)		CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE LARANJA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)	387	47	15	5
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)		BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (207,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	363	50	9	5
	JANTAR (17:00h)		MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				
		13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023				
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)	370	60	19	7
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (207,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	310	60	10	5
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				
		20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023				
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)	370	60	19	7
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (207,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	310	60	10	5
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				
		27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023				
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)	370	60	19	7
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (207,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	310	60	10	5
	JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS
ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)

PERÍODO integral

ESPAÇO PERTENCER



MARÇO - 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)			VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)			MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)			FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 Kcal)	513,94	76,00	17,00	8,00
LANCHE TARDE (14:30h)			SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)									
	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	FERIADO	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)		MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (11:30h)		CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 Kcal)	563	97,0	24,0	13,0
LANCHE TARDE (14:30h)		BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)									
	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (201,79 Kcal)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 Kcal)	704	119	30	16
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)									
	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (201,79 Kcal)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 Kcal)	704	119	30	16
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)									
	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (201,79 Kcal)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 Kcal)	704	119	30	16
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (169,19 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 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

Não adicionar açúcar nas preparações.

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



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



MARÇO - 2023

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
				01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)			MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)			FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	302	34	10	4
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)			SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	125	24	2	1
	JANTAR (17:00h)									
		06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	FERIADO	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)		CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	287	47	15	5
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)		BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (207,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	119	28	2	2
	JANTAR (17:00h)									
		13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	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 CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	370	60	19	7
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (207,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	134	32	3	2
	JANTAR (17:00h)									
		20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	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 CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	370	60	19	7
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (207,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	134	32	3	2
	JANTAR (17:00h)									
		27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	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 CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	370	60	19	7
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM SUCO DE ABACAXI (207,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	134	32	3	2
	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

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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

PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)

PERÍODO integral



Alimentando o futuro e a saúde

CARDÁPIO - CRECHE 12 DE OUTUBRO

MARÇO - 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)			VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (165,2 Kcal)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE GOIABA	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA (192,78 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)			MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		9	9	9
ALMOÇO (11:30h)			FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)				
LANCHE TARDE (14:30h)			SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	700	89	20	10
JANTAR (17:00h)			ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				
	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)		PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ (237,37 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (165,2 Kcal)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE GOIABA	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA (192,78 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)		MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (11:30h)	FERIADO	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)				
LANCHE TARDE (14:30h)		VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	687			
JANTAR (17:00h)		MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)		117	29	15
	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE LARANJA	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ (237,37 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (165,2 Kcal)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE GOIABA	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA (192,78 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)	853			
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)		144,042518	35,828752	18,59909867
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				
	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE LARANJA	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ (237,37 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (165,2 Kcal)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE GOIABA	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA (192,78 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)	853			
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)		144,042518	35,828752	18,59909867
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				
	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE LARANJA	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ (237,37 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA (165,2 Kcal)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE GOIABA	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA (192,78 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)	853			
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)		144,042518	35,828752	18,59909867
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 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

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (01 - 3 anos)

PERÍODO integral



CARDÁPIO - CRECHE CONSELHO DOS MORADORES DO JIQUIÁ

MARÇO - 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)			VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)			MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMÃO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	g	g	g	
ALMOÇO (11:30h)			FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	700	89	20	10
LANCHE TARDE (14:30h)			SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)			ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCAL)				
	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)		PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)		MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMÃO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (11:30h)	FERIADO	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)				
LANCHE TARDE (14:30h)		VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	695			
JANTAR (17:00h)		MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCAL)	117	31	14	
	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (201,79 KCAL)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMÃO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	868			
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	145	39	18	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCAL)				
	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (201,79 KCAL)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMÃO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	868			
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	145	39	18	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCAL)				
	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (201,79 KCAL)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE (205,37Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	55% a 65% 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 (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMÃO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	868			
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,7 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	145	39	18	
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 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

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



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



CARDÁPIO - CRECHE 12 DE OUTUBRO

MARÇO - 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)			VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA E MELANCIA CORTADINHA (165,2 Kcal)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE GOIABA	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA E ABACAXI CORTADINHO(192,78 Kcal)	55% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)			MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	9	9	9	
ALMOÇO (11:30h)			FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	709	102	21	10
LANCHE TARDE (14:30h)			SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)			ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCAL)				
	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)		PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ (237,37 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA E MELANCIA CORTADINHA (165,2 Kcal)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE GOIABA	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA E ABACAXI CORTADINHO(192,78 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)		MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	55% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (11:30h)	FERIADO	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)	693			
LANCHE TARDE (14:30h)		VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	128	25	13	
JANTAR (17:00h)		MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCAL)				
	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE LARANJA	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ (237,37 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA E MELANCIA CORTADINHA (165,2 Kcal)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE GOIABA	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA E ABACAXI CORTADINHO(192,78 Kcal)	55% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	693	157	32	17
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCAL)				
	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE LARANJA	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ (237,37 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA E MELANCIA CORTADINHA (165,2 Kcal)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE GOIABA	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA E ABACAXI CORTADINHO(192,78 Kcal)	55% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	693	157	32	17
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCAL)				
	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE LARANJA	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE MARACUJÁ (237,37 Kcal)	VITAMINA DE MAMÃO COM AVEIA E MELANCIA CORTADINHA (165,2 Kcal)	BOLINHO SEM RECHEIO E SUCO DE GOIABA	VITAMINA DE BANANA , COM AVEIA E ABACAXI CORTADINHO(192,78 Kcal)	55% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	693	157	32	17
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCAL)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCAL)				

Não adicionar açúcar nas preparações.

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: 3356-9101/3356-9122/ 99299-8002 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (81)99421-8400
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE): 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



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



CARDÁPIO - CRECHE CONSELHO DOS MORADORES DO JIQUIÁ

MARÇO - 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)			VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO E AVEIA (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO CORTADINHO(205,37Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	772	85% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)			MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)			FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)				
LANCHE TARDE (14:30h)			SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)			ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				
	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)		PAPA DE AVEIA E BANANA CORTADINHO (163,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO E AVEIA (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO CORTADINHO(205,37Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)	705	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)		MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FERIADO	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)				
LANCHE TARDE (14:30h)		VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)		MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				
	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	705	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (221,79 KCal)	PAPA DE AVEIA E BANANA CORTADINHO (163,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO E AVEIA (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO CORTADINHO(205,37Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	705	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				
	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (221,79 KCal)	PAPA DE AVEIA E BANANA CORTADINHO (163,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO E AVEIA (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO CORTADINHO(205,37Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	705	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				
	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	705	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (221,79 KCal)	PAPA DE AVEIA E BANANA CORTADINHO (163,26 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO E AVEIA (192,52 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO CORTADINHO(205,37Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (237,37Kcal)				
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	MELANCIA E MAMAO EM CUBOS(71,43Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE ABACAXI (346,94 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE GOIABA(345,08 KCal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA COZIDA E SUCO DE ACEROLA (297,32 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE MARACUJÁ (242,38 KCal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (123,22 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	BANANA AMASSADINHA COM LEITE E AVEIA (167,61 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	705	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
JANTAR (17:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (162,21 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E SUCO DE MARACUJÁ (173,54 Kcal)	ESCONDIDINHO DE BATATA DOCE COM FRANGO(118,84 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (185,89 KCal)				

Não adicionar açúcar nas preparações.

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - 3355-9101/3355-9132/ 99299-8902 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (81)99421-8450
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE) - 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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 CONVENIADAS - RPA 02 E 03

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	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)			CUSCUIZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (276,73 kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (328,74 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (337,26 Kcal)	314,24	53	12	4
SEMANA 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	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)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA +MAÇÃ (356,51 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO(289,19 KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + BANANA (322,83 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (351,98KCAL)	330,13	48	10	6
SEMANA 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	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)	CUSCUIZ COM LEITE E MAÇÃ (333,93 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA(335,72 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE TANGERINA (371,97 KCAL)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA (398,39 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (333,81 Kcal)	354,76	63	12	7
SEMANA 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	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 MAÇÃ (315,61 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,63 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (363,83 kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE MANGA (356,51 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ(338,62 Kcal)	340,84	63	11	6
SEMANA 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	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)	MUNGUNZÁ COM CANELA (313,90 KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (322,83 Kcal)	CUSCUIZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (340,03 KCAL)	BOLO SEM RECHEIO + BANANA + REFRESCO DE ACEROLA (335,72 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELÃO (387,04 Kcal)	331,97	59	10	8

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PRÉFECTURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

CARDAPIO- 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

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	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 + MELANCIA (328,74 Kcal)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (276,73 kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (337,26 Kcal)	314,2	53	12	4
SEMANA 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	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)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (356,51 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + BANANA (322,83 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO(289,19 KCal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (351,98 KCal)	330,1	48	10	6
SEMANA 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	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 ACEROLA + MELANCIA(335,72 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (333,93 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA (398,39 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE TANGERINA (371,97 KCal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (333,81 Kcal)	354,8	63	12	7
SEMANA 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	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)	MELANCIA E MAÇÃ + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,63 Kcal)	CURAU COM CANELA E BANANA (315,61 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE MANGA (356,51 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (363,83 kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ(338,62 Kcal)	340,8	63	11	6
SEMANA 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	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 + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (322,83 Kcal)	MUNGUNZÁ COM CANELA (313,90 KCal)	BOLO SEM RECHEIO + BANANA + REFRESCO DE TANGERINA (335,72 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (340,03 KCal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELÃO (387,04 Kcal)	331,9	59	10	8

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	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 SUCO DE GOIABA (398,39 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA(313,90 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + SUCO DE ACEROLA (391,81 Kcal)	334,7	58	11	7
SEMANA 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	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)	FERIADO	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + SUCO DE MARACUJÁ (391,81 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES E SUCO DE ABACAXI (338,62 KCAL)	BOLO DE LARANJA + MELANCIA E SUCO DE ACEROLA (335,72 Kcal)	PÃO COM QUEIJO + SUCO DE GOIABA (398,39 Kcal)	341,14	60	11	7
SEMANA 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	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 SUCO DE ABACAXI + MAÇÃ (322,83 KCAL)	CURAU COM CANELA E MELANCIA (315,61 KCAL)	BROA SEM RECHEIO COM E SUCO DE GOIABA E BANANA (328,74 Kcal)	MELÃO E MELANCIA E BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,63 KCAL)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (351,98 Kcal)	329,76	62	8	5
SEMANA 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	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)	MUNGUZÁ COM CANELA(313,90 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES + SUCO DE GOIABA (291,81 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM SUCO DE MARACUJÁ + MELÃO (356,51 Kcal)	BOLO DE CENOURA + MAMÃO E SUCO DE ACEROLA (335,72 Kcal)	PÃO COM QUEIJO + SUCO DE ABACAXI(398,39 Kcal)	339,27	61	8	8
SEMANA 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	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 SUCO DE LARANJA (351,51 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES E SUCO DE ABACAXI (338,40 KCAL)	BROA SEM RECHEIO COM E SUCO DE GOIABA E BANANA (328,74 Kcal)	BOLO DE BANANA SEM RECHEIO COM SUCO DE MARACUJÁ + MELANCIA (335,72 Kcal)	Reavaliação de Casos	329,37	55	11	6

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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 02 E 03

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	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)			CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (401,28 kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (415,42 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (418,89 Kcal)	411,86	68,00	16,00	7,00
SEMANA 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	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)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (338,90 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO(443,50 KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + BANANA (402,05 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (422,92KCAL)	401,84	71	14	8
SEMANA 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	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)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (419,02 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA(428,24 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE TANGERINA (462,54 KCAL)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELÃO (406,59 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (433,98 Kcal)	430,07	73	15	10
SEMANA 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	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 MAÇÃ (420,24 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (486,26 kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE MANGA (338,90 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ(415,40 Kcal)	413,09	71	15	9
SEMANA 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	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)	MUNGUNZÁ COM CANELA E MELÃO (431,80 KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (402,05 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (432,66 KCAL)	BOLO SEM RECHEIO + BANANA + REFRESCO DE ACEROLA (428,24 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELÃO (388,88 Kcal)	416,72	74	13	9

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional semanal (média)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	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 + MELANCIA (415,42 Kcal)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (401,28 kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (418,89 Kcal)	411,86	68,00	16,00	7,00
SEMANA 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	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)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (338,90 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + BANANA (402,05 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO(443,50 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (422,92Kcal)	401,84	71	14	8
SEMANA 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	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 ACEROLA + MELANCIA(428,24 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (419,02 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELÃO (406,59 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE TANGERINA (462,54 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (433,98 Kcal)	430,07	73	15	10
SEMANA 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	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)	MELANCIA E MAÇÃ + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	CURAU COM CANELA E BANANA (420,24 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE MANGA (338,90 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (486,26 kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ(415,40 Kcal)	413,09	71	15	9
SEMANA 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	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 + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (402,05 Kcal)	MUNGUNZÁ COM CANELA E MELÃO (431,80 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + BANANA + REFRESCO DE TANGERINA (428,24 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (432,66 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELÃO (388,88 Kcal)	416,72	74	13	9

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

***AF: AGRICULTURA FAMILIAR**

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)			PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) , REFRESCO DE MANGA + BANANA (513,36 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO + MELÃO (516,16 kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (424,47 Kcal)	484,66	82	20	10
SEMANA 2	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	FERIADO	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (454,34 Kcal)	BROA SEM RECHEIO E REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA + MAMÃO (468,07 kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) + MELÃO (391,27 Kcal)	CUSCUZ + GUIADO DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E REFRESCO CAJÚ (442,55 kcal)	439	75	16	7
SEMANA 3	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (460,28KCAL)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (488,34kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE GOIABA + MELÃO(440,13 Kcal)	BOLO + REFRESCO DE MANGA + MAMÃO E BANANA (482,94 kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MAÇÃ (404,57 kcal)	455,25	78	21	8
SEMANA 4	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	CURAU COM CANELA E MELÃO (466,31 KCAL)	CARÁ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (CENOURA, BATATA) + REFRESCO DE TANGERINA (417,11 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + BANANA + MELANCIA (425,67 kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE GOIABA (528,33 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (424,47 Kcal)	452,38	74	21	11
SEMANA 5	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	MACAXEIRA COM CARNE AO MOLHO DE LEGUMES (CENOURA, BATATA)+ REFRESCO DE MANGA (579,27 Kcal)	BOLO + REFRESCO DE CAJÚ + MELÃO E BANANA (482,94 kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE LIMÃO E MAÇÃ (484,39 KCAL)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE GOIABA+ MELANCIA (440,13 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E TANGERINA (454,34 Kcal)	488,21	86	18	9

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-913299299-9802 (WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023		CHO (g)	FIN (g)	LFD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)			PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E BANANA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (415,42 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA+ MELÃO (428,24 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	18% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00H)			CRÈME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA (610,73 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (575,04 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (522,86 kcal)	1366	220,17	63,2	22
LANCHE TARDE (15:00H)			CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (401,28 kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO GOIABA (349,22 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (412,79 Kcal)				
SEM 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023		CHO (g)	FIN (g)	LFD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)		COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (338,90 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE MANGA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (402,05 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE MANGA (428,24 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	18% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H)	FERIADO	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU (560,60 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI (513,63 kcal)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE CAJÚ - (567,26 Kcal)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA - 601,03 Kcal	1440	245,39	60,3	24,4
LANCHE TARDE (15:00H)		PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA (415,40 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO (443,50 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (433,98 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (422,92 Kcal)				
SEM 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023		CHO (g)	FIN (g)	LFD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (402,05 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (428,24 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELÃO (338,90 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE MANGA (415,42 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	18% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA CRUA, REFRESCO DE GOIABA - 683,01 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO, REFRESCO DE ABACAXI - 588,64 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO E REFRESCO DE ABACAXI - 684,21 Kcal	ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE JERIMUM, REFRESCO DE CAJÚ - 666,17 Kcal	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA - 640,13 Kcal	1386	234,82	60,3	23,9
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (419,02 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE MANGA (415,40 Kcal)	CRÈME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (462,54 Kcal)	MUNGUNZÁ COM CANELA E BANANA (431,80 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (433,98 Kcal)				
SEM 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023		CHO (g)	FIN (g)	LFD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA+ MELÃO (428,24 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA+ MAMÃO (415,42 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE ABACAXI (338,90 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE MANGA + MELÃO (406,59 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	18% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA 640,13 Kcal	CRÈME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI - 676,75 Kcal	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE GOIABA - 525,02 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU (560,60 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI - 582,47 Kcal	1376	230,59	57,2	26,7
LANCHE TARDE (15:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (420,24 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO 418,89 Kcal	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA (422,92 Kcal)	CUSCUZ COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES AO MOLHO (365,38 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (415,40 Kcal)				
SEM 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023		CHO (g)	FIN (g)	LFD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + BANANA (402,05 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE CAJÚ (338,70 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE ABACAXI (428,24 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	18% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE MANGA - 567,26 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, PURÊ DE BATATA INGLESA, REFRESCO DE ABACAXI - 673,72 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA - 638,24 Kcal	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU - 640,13 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ACEROLA - 601,03 Kcal	1467	248,53	60,6	26,4
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUNZÁ COM CANELA E MELÃO (431,80 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO (443,50 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (432,66 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (349,22 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA (388,88 Kcal)				

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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

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 02,03,04 e 05

MARÇO - 2023

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)			PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E BANANA E MELÃO (425,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA E MAMÃO+ REFRESCO DE CAJÚ (468,07 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ACEROLA(482,94 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00H)			CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA (610,73 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (575,04 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (564,25 kcal)	1462	253	65	24
LANCHE TARDE (15:00H)			CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (413,45 kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA E MAÇÃ (440,13 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA(404,57 Kcal)				
SEM 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)		COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (516,16 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO E MAMÃO+ REFRESCO DE MANGA (468,07 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE MANGA(482,94 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FERIADO	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU (560,60 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI (513,63 kcal)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ , FEIJÃO CARIÓCA, REFRESCO DE CAJÚ - (700,58 Kcal)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA - 601,03 Kcal	1575	278	64	24
LANCHE TARDE (15:00H)		PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA E BANANA(513,36 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE GOIABA(556,81 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (424,47 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA (484,39 Kcal)				
SEM 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE CAJÚ+ MELÃO E MELANCIA (425,67 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ACEROLA(482,94 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (516,16 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA E MELÃO (425,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO E MAMÃO+ REFRESCO DE MANGA (468,07 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIÓCA, ARROZ, SALADA CRUA, REFRESCO DE GOIABA - 503,74 Kcal	FRANGO ASSADO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO, REFRESCO DE ABACAXI - 588,64 Kcal	CARNE AO MOLHO,ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, MACARRÃO E REFRESCO DE ABACAXI - 684,21	ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, PURÊ DE JERIMUM, REFRESCO DE CAJÚ - 666,17 Kcal	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA- 640,13 Kcal	1552	274	65	26
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (460,28 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE MANGA E MAMÃO(513,36 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA(503,16 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E BANANA (454,34 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (454,47 Kcal)				
SEM 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE GOIABA(482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA E BANANA (425,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO E MAMÃO+ REFRESCO DE MANGA (468,07 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E BANANA (516,16 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE MANGA+ MELÃO E BANANA (425,67 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA 640,13 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI - 676,75 Kcal	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE GOIABA - 525,02 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU (560,60 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI - 582,47 Kcal	1528	263	64	29
LANCHE TARDE (15:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (466,31 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (404,57 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA (484,39 Kcal)	CUSCUZ COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ACEROLA (470,10Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE CAJÚ E TANGERINA(513,36 Kcal)				
SEM 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA E MAÇÃ+ REFRESCO DE ACEROLA (468,07 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA+ MELANCIA E BANANA (477,01 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA E MAMÃO(516,16 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ABACAXI(482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA E MELÃO (425,67 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ , FEIJÃO CARIÓCA, REFRESCO DE MANGA - 700,58 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIÓCA, ARROZ, PURÊ DE BATATA INGLESA, REFRESCO DE ABACAXI - 673,72 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA - 661,94 Kcal	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU- 640,13 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ACEROLA - 601,03 Kcal	1604	280	66	27
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELÃO (454,34 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ACEROLA(556,81 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (528,33 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA E MAÇÃ (440,13 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA(391,27Kcal)				

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



CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Integral- Anos Finais*

MODALIDADE DE ENSINO: *Regular Anos Finais*

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : *11 A 14 anos*

PERÍODO *Integral*



NILO PEREIRA E ANTÔNIO HERÁCLITO

MARÇO - 2023

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)			PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E BANANA E MELÃO (478,9 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA E MAMÃO+ REFRESCO DE CAJÚ (468,07 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ACEROLA(482,94 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00H)			CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (567,26 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (522,86 kcal)	1461,62	253	65	24
LANCHE TARDE (15:00H)			CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (473,29 kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA E MAÇÃ (490,48 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA(479,30 Kcal)				
SEM 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)		COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (516,16 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO E MAMÃO+ REFRESCO DE MANGA (468,07 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE MANGA(482,94 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	FERIADO	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI (603,38 kcal)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ , FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE CAJÚ - (567,26 Kcal)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA - 642,58 Kcal	1574,76	278	64	24
LANCHE TARDE (15:00H)		PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA E BANANA(513,36 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE GOIABA(556,81 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (468,4 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA (470,6 Kcal)				
SEM 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE CAJÚ+ MELÃO E MELANCIA (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ACEROLA(482,94 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (516,16 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA E MELÃO (478,9 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO E MAMÃO+ REFRESCO DE MANGA (468,07 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA CRUA, REFRESCO DE GOIABA - 638,57 Kcal	FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal	CARNE AO MOLHO,ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO E REFRESCO DE ABACAXI - 682,37	ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE JERIMUM, REFRESCO DE CAJÚ - 622,37 Kcal	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA- 638,24 Kcal	1559,54	274	65	26
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (484,47 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE MANGA E MAMÃO(513,36 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA(503,16 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E BANANA (474,8 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (468,4 Kcal)				
SEM 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE GOIABA(482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA E BANANA (478,9 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO E MAMÃO+ REFRESCO DE MANGA (468,07 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E BANANA (516,16 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE MANGA+ MELÃO E BANANA (477,01 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA 638,24 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI - 677,88 Kcal	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE GOIABA - 525,02 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU (675,2 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal	1528,44	263	64	29
LANCHE TARDE (15:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (469,78 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (479,30 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA (470,6 Kcal)	CUSCUZ COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ACEROLA (503,15Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE CAJÚ E TANGERINA(513,36 Kcal)				
SEM 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA E MAÇÃ+ REFRESCO DE ACEROLA (468,07 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA+ MELANCIA E BANANA (477,01 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA E MAMÃO(516,16 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ABACAXI(482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA E MELÃO (478,9 Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ , FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE MANGA - 567,26 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, PURÊ DE BATATA INGLESA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA - 638,24 Kcal	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJU- 638,24 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ACEROLA - 642,58 Kcal	1603,62	280	65	27
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELÃO (474,8 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ACEROLA(556,81 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (528,33 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA E MAÇÃ (490,48 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA(448,38 Kcal)				

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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, UTEC ALTO SANTA TEREZINHA

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	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 MANGA E BANANA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (415,42 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA+ MELÃO (428,24 Kcal)	401,1	94	5	10
SEMANA 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	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)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (401,10 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE MANGA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (402,05 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE TANGERINA (428,24 Kcal)	413,5	73	11	9
SEMANA 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	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 + REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (402,05 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + BANANA (428,24 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (401,10 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE TANGERINA E MELANCIA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE MANGA (415,42 Kcal)	411,4	79	8	7
SEMANA 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	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 GOIABA+ MELÃO (428,24 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA+ MAMÃO (415,42 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAÇÃ E REFRESCO DE TANGERINA (401,10 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (415,40 Kcal)	417,4	76	9	13
SEMANA 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	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 ACEROLA + MELANCIA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + BANANA (402,05 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE CAJÚ (401,10 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE TANGERINA (428,24 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA (406,59 Kcal)	421,8	73	15	11

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99428-1706 (WHATSSAP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



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

MARÇO - 2023

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)			PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E BANANA E MELÃO (478,9 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA E MAMÃO+ REFRESCO DE CAJÚ (468,07 Kcal)	CUSCUZ COM OVO COM REFRESCO DE ACEROLA (528,33 kcal)	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00H)			CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (567,26 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE MANGA (522,86 kcal)	1461,6	253	65	24
LANCHE TARDE (15:00H)			CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (473,29 kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA E MAÇA (490,48 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA(479,30 Kcal)				
SEM 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)		COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (516,16 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO E MAMÃO+ REFRESCO DE MANGA (468,07 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + BANANA E MELANCIA (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE MANGA(482,94 Kcal)	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FERIADO	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJÚ (675,2 Kcal)	CARNE AO MOLHO, MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ABACAXI (603,38 kcal)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ , FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE CAJÚ - (567,26 Kcal)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA - 642,58 Kcal	1574,8	278	64	24
LANCHE TARDE (15:00H)		PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA E MAÇA(513,36 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE GOIABA(556,81 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (468,4 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA (470,6 Kcal)				
SEM 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE CAJÚ+ MELÃO E MELANCIA (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, TANGERINA E MELÃO E REFRESCO DE ACEROLA(482,94 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (516,16 Kcal)	CUSCUZ COM OVO COM REFRESCO DE MANGA (528,33 kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO E MAMÃO+ REFRESCO DE MANGA (468,07 Kcal)	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA CRUA, REFRESCO DE GOIABA - 638,57 Kcal	FRANGO ASSADO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal	CARNE AO MOLHO,ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO E REFRESCO DE ABACAXI - 682,37	ÍSCA DE FÍGADO ACEBOLADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÉ DE JERIMUM, REFRESCO DE CAJÚ - 622,37 Kcal	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA- 638,24 Kcal	1559,54	274	65	26
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇA (484,47 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE MANGA E MAMÃO(513,36 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA(503,16 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E BANANA (474,8 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (468,4 Kcal)				
SEM 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO, MELANCIA E MELÃO E REFRESCO DE GOIABA(482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA E BANANA (478,9 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO E MAMÃO+ REFRESCO DE MANGA (468,07 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA E BANANA (516,16 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE MANGA+ MELÃO E BANANA (477,01 Kcal)	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA 638,24 Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ABACAXI - 677,88 Kcal	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE GOIABA - 525,02 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJÚ (675,2 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal	1528,44	263	64	29
LANCHE TARDE (15:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇA (469,78 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (479,30 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA (470,6 Kcal)	CUSCUZ COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ACEROLA (503,15Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE CAJÚ E TANGERINA(513,36 Kcal)				
SEM 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM OVO COM REFRESCO DE ACEROLA(528,33 kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA+ MELANCIA E MAÇA (477,01 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA E MAMÃO(516,16 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO, BANANA E MELÃO E REFRESCO DE ABACAXI(482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELANCIA E MELÃO (478,9 Kcal)	Energia (Kcal) 55% a 65% do VET	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ , FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE MANGA - 567,26 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, PURÉ DE BATATA INGLESA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal	FÍGADO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA - 638,24 Kcal	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE CAJÚ- 638,24 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ACEROLA - 642,58 Kcal	1603,62	280	65	27
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELÃO (474,8 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ACEROLA(556,81 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (528,33 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA E MAÇA (490,48 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA(448,38 Kcal)				

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 MUNICIPAL MANGABEIRA

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	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)			CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (401,28 kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (415,42 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (412,79 Kcal)	334,7	58	11	7
SEMANA 02	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	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)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (401,10 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO(443,50 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + BANANA (402,05 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (422,92Kcal)	341,1	60	11	7
SEMANA 03	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	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)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (419,02 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA(428,24 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI (462,54 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA E MELÃO (406,59 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (433,98 Kcal)	329,8	62	8	5
SEMANA 04	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	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 MAÇÃ (420,24 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (480,00 kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE MANGA (401,10 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ(415,40 Kcal)	339,3	61	8	8
SEMANA 05	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	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)	MUNGUNZÁ COM CANELA (431,80 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (402,05 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (432,66 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + BANANA + REFRESCO DE ACEROLA (428,24 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MELÃO (398,88 Kcal)	329,4	55	11	6

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



ESCOLA MUNICIPAL MANGABEIRA

MARÇO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01			01/03/2023	02/03/2023	03/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)			CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (473,29 kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA E MAÇÃ (490,48 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA(479,30 Kcal)	484,66	82	20	10
SEMANA 2	06/03/2023	07/03/2023	08/03/2023	09/03/2023	10/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	FERIADO	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE GOIABA E MAÇÃ(513,36 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE GOIABA(556,81 KCAL)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (468,4 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA (470,6 Kcal)	439	75	16	7
SEMANA 3	13/03/2023	14/03/2023	15/03/2023	16/03/2023	17/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MAÇÃ (484,47 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE MANGA E MAMÃO(513,36 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA(503,16 KCAL)	MUNGUZÁ COM CANELA E BANANA (474,8 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (468,4 Kcal)	455,25	78	21	8
SEMANA 4	20/03/2023	21/03/2023	22/03/2023	23/03/2023	24/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (469,78 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (479,30 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA (470,6 Kcal)	CUSCUZ COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ACEROLA (503,15KCAL)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES + REFRESCO DE CAJÚ E TANGERINA(513,36 Kcal)	452,38	74	21	11
SEMANA 5	27/03/2023	28/03/2023	29/03/2023	30/03/2023	31/03/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELÃO (474,8 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE COM LEGUMES AO MOLHO E REFRESCO DE ACEROLA(556,81 KCAL)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (528,33 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA E MAÇÃ (490,48 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E TANGERINA(448,38 Kcal)	488,21	86	18	9

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-913299299-9802 (WHATSAPP)

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR