

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

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



PERÍODO Integral

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

DEZEMBRO - 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:

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

FORNECEDOR: (81)99421-8450

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

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

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

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



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

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (96,51 Kcal)	PAPINHA DE INHAME (96,51 KCAL)	MINGAU DE BANANA COM AVEIA (249,66 KCAL)		VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA) (99 KCAL)		VITAMINA DE BANANA E MAÇÃ (162,78 KCAL)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA (45,41 Kcal)	MELANCIA E BANANA (58,86 Kcal)	MELÃO E MAMÃO (34,76 Kcal)		ABACAXI E MAMÃO (44,24 Kcal)		MELÃO E MELANCIA (31,31 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA (190,62 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO (198,47 Kcal)	PEIXE AO FORNO AF, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COLORIDA AF (ALFACE,PEPINO,TOMATE E CENOURA) (216,89 Kcal)		CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA (166,67kcal)		FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS (173,86kcal)	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ RASPADINHA (66,62 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (77,54 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF (117,85 Kcal)		BANANA E MELANCIA (58,86 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (117,85 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM FRANGO (48,79 KCAL)	MACAXEIRA COM FRANGO (73,86 KCAL)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (75,26 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (139,53 KCAL)		INHAME COM CARNE MOÍDA (73,04 Kcal)	
Composição nutricional (Média semanal)	542,96	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca(mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		99.00	22.00	9.00				

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

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

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



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

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO + SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)		VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA) (109,36 Kcal)		VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA (71,25 Kcal)	MELANCIA E BANANA (111,21 Kcal)	MELÃO E MAÇÃ (68,84 Kcal)		ABACAXI E MAMÃO (84,59 Kcal)		MELÃO E MELANCIA (71,43 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI(292,71 Kcal)	CROQUETE DE PEIXE AF, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ + SALADA COLORIDA AF (ALFACE,PEPINO,TOMATE E CENOURA) (301,30 Kcal)		CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (242,38kcal)		FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (172,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF (128,93 Kcal)		BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM FRANGO + SUCO DE ABACAXI (137,27 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)		INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (184,09 Kcal)	
Composição nutricional (Média semanal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	838,97	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		144,0	36,0	18,0				



CARDÁPIO ESPECIAL DIA 22/12:
LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU + SUCO DE LARANJA

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



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

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



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

DEZEMBRO - 2023

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA (71,25 Kcal)	MELANCIA E BANANA (111,21 Kcal)	MELÃO E MAÇÃ (68,84 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO (84,59 Kcal)	MELÃO E MELANCIA (71,43 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (331,39 Kcal)	CROQUETE DE PEIXE AF, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ + SALADA COLORIDA AF(ALFACE,PEPINO,TOMATE E CENOURA)(340 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)	417,00	73,00	20,00	7,00
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (55,52 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (211,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
	JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM FRANGO E SUCO DE ABACAXI (182,79 KCAL)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (237,92 Kcal)	400,78	83,00	13,00	6,00

CARDÁPIO ESPECIAL DIA 22/12:
LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU + SUCO DE LARANJA

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

GRÊCHES MUNICIPAIS (RPA 01 A 06) E PARCEIRAS (RPA 01 e 06)

DECEMBER - 2020	
ART	C

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



Synara Sgares
Nutricionista CRN 6.4355

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04-05 anos)

PERÍODO Parcial



GENERAL GOODS

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

Mat. 105015-0

DEZEMBRO - 2023

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)							
						01/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTM (g)	LPD (g)				
						MELÃO E MELANCIA (70,13 Kcal)	50% a 60% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET					
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)					FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)	403,87	70	18	6				
	ALMOÇO (11:30h)													
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	366,84	81	13	4				
	JANTAR (17:00h)					INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (237,92 Kcal)								
		04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTM (g)	LPD (g)				
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA (71,25 Kcal)	MELANCIA E BANANA (111,21 Kcal)	MELÃO E MAÇÃ (68,84 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO (84,59 Kcal)	FERIADO	419,84	72	20	7				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (331,39Kcal)	PEIXADA AF, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ + SALADA COLORIDA AF(ALFACE,TOMATE,CENOURA E PEPINO) (335,91 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIÓICA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)									
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (211,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)						340	70	10	5
	JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM FRANGO E SUCO DE ABACAXI (182,79 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 Kcal)									
		11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTM (g)	LPD (g)				
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA (71,25 Kcal)	MELANCIA E BANANA (34,76 Kcal)	MELÃO E MAÇÃ (68,84 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO (84,59 Kcal)	MELÃO E MELANCIA (111,21 Kcal)	424,88	74	20	7				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (331,39Kcal)	PEIXADA AF, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ+SALADA COLORIDA AF (ALFACE, TOMATE, CENOURA E PEPINO) (335,91 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIÓICA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)								
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (211,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)+ABACATE AF (128,93 Kcal)	MELANCIA E BANANA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	341,83	69	11	5				
	JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM FRANGO E SUCO DE ABACAXI (182,79 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (237,92 Kcal)								
		18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTM (g)	LPD (g)				
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA (71,25 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	MELÃO E MAÇÃ (68,84 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO (84,59 Kcal)	MELÃO E MELANCIA (71,25 Kcal)	410,43	71	20	8				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)		PEIXADA AF, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE E SUCO DE MARACUJÁ + SALADA COLORIDA AF (ALFACE, PEPINO, TOMATE CENOURA) (335,91 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIÓICA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)								
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF (128,93 Kcal)	MELANCIA E BANANA EM CUBOS (111,21 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU + SUCO DE LARANJA (207,87 Kcal)					314,72	67	11	3
	JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM FRANGO E SUCO DE ABACAXI (182,79 Kcal)		SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (237,92 Kcal)								
		25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTM (g)	LPD (g)				
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	FERIADO						50% a 60% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	ALMOÇO (11:30h)													
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)													
	JANTAR (17:00h)													

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



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

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



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	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)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MAÇA (337,26 Kcal)	337,26	56	17	6
SEMANA 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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 QUEIJO + REFRESCO DE LIMÃO (398,39 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ + BOLO AF (340,03 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA + BANANA AF (328,74 Kcal)	FERIADO	345,26	57	10	7
SEMANA 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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 REFRESCO DE TANGERINA (351,98Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJÚ E MELÃO (322,83 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (292,93 kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,63 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (338,62 Kcal)	327,2	51	12	5
SEMANA 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	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)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (331,81 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (371,97 Kcal)	BOLO ESPECIAL, REFRESCO DE MANGA E MAÇA + UVA AF (335,72 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO E REFRESCO DE CAJU (356,51 Kcal)	349,5	60	12	7
SEMANA 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	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								

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

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

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



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 E 06

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	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)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MAÇA (418,89 Kcal)	418,89	62,00	22,00	10,00
SEMANA 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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 + MAÇA (431,80 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E RERESCO DE LIMÃO + MELANCIA (406,59 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ + BOLO AF (432,66 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA + BANANA AF (415,42 Kcal)	FERIADO	421,62	68	13	10
SEMANA 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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 REFRESCO DE TANGERINA (422,92 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJÚ E MELÃO (402,05 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (423,03 kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (393,96 Kcal)	PÃO COM CARNE MOIDA E LEGUMES, REFRESCO DE MANGA (415,40 Kcal)	411,47	72	17	7
SEMANA 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	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)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (433,98 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (462,54 Kcal)	BOLO ESPECIAL, REFRESCO DE MANGA E MAÇA + UVA AF(428,24 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE CAJU (338,90 Kcal)	415,91	73	14	9
SEMANA 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	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								

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (01)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

Synara Soares
Nutricionista CRN-6 4255
Mat. 105515-0

GARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Integral- Anos Iniciais

MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 06 a 10 anos

PERÍODO Integral

GG GENERAL GOODS
ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 e 06

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
					01/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PRO (g)	LPO (g)
SEM 01									
LANCHE MANHÃ (09:00H)					BROA SEM RECHEIO + BANANA + REFRESCO DE ACEROLA(415,42 Kcal)	51% a 61% de VET	15% a 15% de VET	11% a 30% de VET	
ALMOÇO (12:00H)					FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE GOIABA (564,25 kcal)	1300,53	235,73	59	21
LANCHE TARDE (15:00H)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MAÇA(418,89 Kcal)				
SEM 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ABACAXI + MAÇA E MELANCIA (338,90 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAMÃO (402,05 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E TANGERINA (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA + REFRESCO DE GOIABA + MAÇA (415,42 Kcal)	FERIADO	51% a 61% de VET	15% a 15% de VET	11% a 30% de VET	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CARNE MOÍDA, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA - (700,58 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE CAJÚ + GELADO DE FRUTAS AF (553,66 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE GOIABA + SALADA COLORIDA (ALFACE, TOMATE, PEPINO E CENOURA) + GOIABA AF (513,63 kcal)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ABACAXI (601,03 Kcal)		1400,99	245,78	55,1	23,8
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUNZÁ COM CANELA + MELÃO (431,80 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (433,98 Kcal)	CUISCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI + BOLO AF (401,28 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA + BANANA AF (415,40 Kcal)					
SEM 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MELANCIA E TANGERINA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (393,96 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE ABACAXI + BANANA (402,05 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (428,24 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + MAMÃO (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	51% a 61% de VET	15% a 15% de VET	11% a 30% de VET	
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, MACARRÃO + REFRESCO DE MANGA (513,63 Kcal)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ACEROLA (676,75 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, SELETA DE LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, REFRESCO DE CAJÚ + SALADA COLORIDA AF (ALFACE, TOMATE, PEPINO E CENOURA) (614,91 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE BATATA + REFRESCO DE ABACAXI (667,95 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE CAJÚ + GOIABA AF (582,47 Kcal)	1438,32	240,77	64,03	26,27
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (422,92 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (443,50 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA + GOIABA AF (349,22 Kcal)	BAIÃO DE DOIS + MELANCIA AF (469,03 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (415,40 Kcal)				
SEM 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (402,05 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	BOLO ESPECIAL, RESFRESCO DE ABACAXI E MAÇA + UVA AF (428,24 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE ACEROLA (338,90 Kcal)	51% a 61% de VET	15% a 15% de VET	11% a 30% de VET	
ALMOÇO (12:00 H)	CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO E REFRESCO DE MANGA (676,75 Kcal)		FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE GOIABA (667,95 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA + SALADA COLORIDA AF (ALFACE, TOMATE, CENOURA E PEPINO) (513,63 Kcal)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA AF (562,72 Kcal)	1479,38	241,72	61,02	25,76
LANCHE TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MAÇA (433,98 Kcal)		PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ + GOIABA AF (415,40 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI (462,54 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA + GOIABA AF (349,22 Kcal)				
SEM 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023				
LANCHE MANHÃ (09:00H)	FERIADO					51% a 61% de VET	15% a 15% de VET	11% a 30% de VET	
ALMOÇO (12:00 H)									
LANCHE TARDE (15:00H)									

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



SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Integral- Anos Finais

MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Finais- LUIZ VAZ, MARIA SAMPAIO, CÍCERO FRANKLIN

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO Integral



GENERAL GOODS

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 e 06

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01					01/12/2023		CHO (g)	FTN (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)					BROA SEM RECHEIO + MELÃO + BANANA + REFRESCO DE ACEROLA (468,07 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00h)					FEIJÃO PERNAMBUCANO COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE GOIABA (564,25 kcal)	1246,26	244	67	26
LANCHE TARDE (15:00h)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MAÇA (404,57 Kcal)				
SEM 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023		CHO (g)	FTN (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	MUNGUNZÁ COM CANELA + MELÃO (454,34 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO + BOLO AF (424,47 Kcal)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (413,45 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MELÃO + BANANA AF (513,36 Kcal)	FERIADO	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)	CARNE MOÍDA, ARROZ, FEIJÃO, CARIOCA, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA (700,58 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO, CARIOCA, SALADA COZIDA E REFRESCO DE CAJÚ + GELADO DE FRUTAS AF (588,64 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO, MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE GOIABA + SALADA COLORIDA AF (ALFACE, TOMATE, PEPINO E CENOURA) + GOIABA AF (513,63 kcal)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ABACAXI (601,03 Kcal)		1128,42	272	60	23
LANCHE TARDE (15:00h)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ABACAXI + MAÇA E MELANCIA (516,16 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAMÃO (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E MELÃO (482,94 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA + MAÇA REFRESCO DE GOIABA (468,07 Kcal)					
SEM 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023		CHO (g)	FTN (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA (484,39 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (579,27 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E BANANA + GOIABA AF (440,13 Kcal)	BAÍÃO DE DOIS + MELANCIA AF (523,04 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E MAÇA (513,36 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 + REFRESCO DE MANGA (513,63 Kcal)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO, CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ACEROLA (676,75 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, SELETA DE LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO, CARIOCA, REFRESCO DE CAJÚ + SALADA COLORIDA AF (ALFACE, PEPINO, TOMATE E CENOURA) (614,91 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE BATATA + REFRESCO DE ABACAXI (673,72 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE CAJÚ + GOIABA AF (582,47 Kcal)	1274,3	270	64	27
LANCHE TARDE (15:00h)	MAÇA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS + COOKIES SEM RECHEIO (516,16 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MAMÃO (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA E MELÃO (482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + MAMÃO E MAÇA (425,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + BANANA + MELÃO REFRESCO DE GOIABA (468,07 Kcal)				
SEM 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023		CHO (g)	FTN (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MAÇA (424,47 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA + GOIABA AF (513,36 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI (503,85 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E BANANA + GOIABA AF (440,13 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CREME DE FRANGO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO E REFRESCO DE MANGA (676,75 Kcal)		FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO, MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE GOIABA (625,54 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO, CARIOCA, MACARRÃO E REFRESCO DE ACEROLA + SALADA COLORIDA AF (ALFACE, TOMATE, CENOURA E TOMATE) (513,63 Kcal)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA AF (562,72 Kcal)	1351,16	270	63	23
LANCHE TARDE (15:00h)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (477,01 Kcal)		BROA SEM RECHEIO + MELÃO + BANANA + REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	BOLO ESPECIAL, REFRESCO DE ABACAXI E MAÇA + MELÃO + UVA AF (428,24 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇA E MELANCIA (516,16 Kcal)				
SEM 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023		CHO (g)	FTN (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	FERIADO					Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)									
LANCHE TARDE (15:00h)									

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

Synara Soares
Nutricionista OAB 6642855
Mat 10650590

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



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 01 e 06

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 45% do VET	PTM (g) 10% a 15% do VET	LFD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)					SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (440,13 Kcal)	440,13	81	21	5
SEMANA 2	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 45% do VET	PTM (g) 10% a 15% do VET	LFD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (488,34 kcal)	CUSCUZ COM CARNE GUISADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE LIMÃO (442,55 KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU, MELÃO E BANANA (477,01 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MAÇA + BOLO AF (404,57 kcal)	FERIADO	453,11	72	24	8
SEMANA 3	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 45% do VET	PTM (g) 10% a 15% do VET	LFD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA E MELÃO (484,39 KCAL)	CARÁ + CARNE GUISADA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E REFRESCO CAJU (428,36 kcal)	BOLO + REFRESCO DE MANGA + MELÃO + BANANA (482,94 kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) + MELANCIA + MELANCIA AF (391,27 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA), REFRESCO DE MANGA + MAÇA + BANANA AF (513,36 Kcal)	460,06	79	21	8
SEMANA 4	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 45% do VET	PTM (g) 10% a 15% do VET	LFD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇA (454,34 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	MACAXEIRA COM CARNE AO MOLHO DE LEGUMES (CENOURA, BATATA) + REFRESCO DE MANGA (579,27 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MAÇA + UVA AF (424,47 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE CAJU + BANANA + MELANCIA (425,67 kcal)	479,94	83	18	10
SEMANA 5	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 45% do VET	PTM (g) 10% a 15% do VET	LFD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	FERIADO								

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355913299299-9802 (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

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

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



SANTO AMARO/CRISTIANO DONATO/COQUE/GERALDÃO/IBURA/BOA VIAGEM-RPA 01 E 06

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	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 + MELÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	415,42	77	5	2
SEMANA 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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)	COOKIES SEM RECHEIO E REFRESCO DE GOIABA + MELÃO (338,90 kcal)	BOLO SEM RECHEIO + REFRESCO DE TANGERINA + MAÇA (428,24 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE CAJU E BANANA + BOLO AF (402,05 kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA + REFRESCO DE GOIABA + BANANA AF (415,42 Kcal)	FERIADO	396,15	78	5	7
SEMANA 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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 + REFRESCO DE GOIABA + BANANA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJÚ + MELÃO (402,05 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO E REFRESCO DE GOIABA + MAÇA (428,24 Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (393,96 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES COM REFRESCO DE MANGA (415,40 Kcal)	411,01	78	10	7
SEMANA 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	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 REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (402,05 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	BOLO ESPECIAL REFRESCO DE CAJU + MAÇA + UVA AF (428,24 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (349,22 Kcal)	398,73	73	10	6
SEMANA 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	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								

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-0101/3355-0132/ 00428-1700 (WHATSSAP)
FORNECEDOR: (81)90421-8450
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-0151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

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

PERÍODO Integral



Alimentação saudável e nutritiva

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

DEZEMBRO - 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)99421-8450
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

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



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

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



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

DEZEMBRO - 2023

DEZEMBRO - 2020								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (96,51 Kcal)	PAPINHA DE INHAME (96,51 KCAL)	MINGAU DE BANANA COM AVEIA (249,66 KCAL)		VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA (99 KCAL)		VITAMINA DE BANANA COM MAÇÃ (162,78 KCAL)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA (45,41 Kcal)	MELANCIA E MAÇÃ (34,76 Kcal)	MAMÃO E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (34,76 Kcal)		ABACAXI E MAMÃO (44,24 Kcal)		MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (36,38 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA (190,62 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO (198,47 Kcal)	PEIXE AO FORNO AF COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COLORIDA (ALFACE,PEPINO, TOMATE,CENOURA) AF (216,89 Kcal)		CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA (166,67kcal)		FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS (173,86kcal)	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ RASPADINHA (66,62 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (77,54 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)+ ABACATE AF (117,85 Kcal)		BANANA E MELANCIA (58,86 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (117,85 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM FRANGO (48,79 KCAL)	MACAXEIRA COM FRANGO (73,04 KCAL)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (75,26 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (139,53 KCAL)		INHAME COM CARNE MOÍDA (73,04 Kcal)	
Composição nutricional (Média semanal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca(mg)	Fe (mg)
	539,83	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		98,00	21,00	9,00				
					443,28	230,29	242,81	6,06

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

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

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



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

DEZEMBRO - 2023

DEZEMBRO - 2020								
	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)		PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ABACAXI (218,09Kcal)		VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO EM CUBOS (75,04 Kcal)		ABACAXI E MAMAO EM CUBOS (84,59Kcal)		MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	CROQUETE DE PEIXE AF, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE+SALADA COLORIDA, ALFACE,PEPINO,TOMATE ,CENOURAAF, E SUCO DE MARACUJÁ (301,20 Kcal)		CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (242,38kcal)		FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (172,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF, (128,93 Kcal)		BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (137,27 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)		INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (184,09 Kcal)	
Composição nutricional (Média semanal)		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	843,25	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		143,0	36,0	18,0				



CARDÁPIO ESPECIAL DIA 22/12:

LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU + SUCO DE LARANJA

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



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

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



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

DEZEMBRO - 2023

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (331,39Kcal)	CROQUETE DE PEIXE AF, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COLORIDA (ALFACE, PEPINO,TOMATE,CENOURA) AF E SUCO DE MARACUJÁ (340 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOLIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)	400,25	68,00	19,00	7,00
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (211,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	341,83	69,00	11,00	5,00
	JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (182,79 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (237,92 Kcal)				

CARDÁPIO ESPECIAL DIA 22/12:
LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU + SUCO DE LARANJA

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 - CRECHE ALBÉRICO DORNELAS E MAURICEIA DIAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)

PERÍODO Integral



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



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

DEZEMBRO - 2023

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
								CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO INTEGRAL	CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA + MELÃO CORTADINHO (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 KCAL)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ABACAXI (237,37Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 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 E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (331,39Kcal)	CROQUETE DE PEIXE AF, COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE+ SALADA COLORIDA,ALFACE, PEPINO,TOMATE,CENOURA AF, E SUCO DE MARACUJÁ (340,00 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIACA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)	939,4	165,0	38,0	18,0
	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (211,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)+ ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
	JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (182,79 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (133,71 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (237,92 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



CARDÁPIO ESPECIAL DIA 22/12:

LANCHE TARDE: BOLO DE

CENOURA COM COBERTURA DE CACAU + SUCO DE LARANJA

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

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



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

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04-05 anos)

PERÍODO Parcial



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

DEZEMBRO - 2023

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
						01/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
								65% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)					MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	424,42	74	18	6
	ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	366,84	81	13	4
	JANTAR (17:00h)					INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (237,92 Kcal)				
		04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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 E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBO (84,59Kcal)	FERIADO		393,18	66	20
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (331,39Kcal)	PEIXADA AF, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COLORIDA, ALFACE,PEPINO,TOMATE, CENOURA AF E SUCO DE MARACUJÁ (335.91 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)					
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (211,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) ABACATE AF, (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		335,57	66	10	5
	JANTAR (17:00h)	SOPA CRÊME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (182,79 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO (128,74 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)					
		11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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 E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)		399	67	19
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (331,39Kcal)	PEIXADA AF,, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO,TOMATE,CENOURA AF, SUCO DE MARACUJÁ (335.91 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (211,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) +ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	341,83	69	11	5
	JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (182,79 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (238,72 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (128,74 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (237,92 Kcal)				
		18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)		408,69	70	20
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)		PEIXADA AF, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COL ORIDA, ALFACE,PEPINO,TOMATE, CENOURA AF, E SUCO DE MARACUJÁ (335.91 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAÚ + SUCO DE LARANJA (207,87 KCAL)	334,45	63	11	5
	JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (182,79 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS E MACARRÃO	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (260,36 KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (237,92 Kcal)					
		25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	FERIADO				0		0	0	0
	ALMOÇO (11:30h)									
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)					0	0	0	0	
	JANTAR (17:00h)									

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



Synara Soares
Nutricionista CRN-0 4255
Mat. 105016-0

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



DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
					01/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)					VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)					MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	707,19	139,00	28,00	12,00
LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)									
	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ABACAXI (218,09Kcal)	FERIADO	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (84,59Kcal)			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	PEIXADA AF, COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF E SUCO DE MARACUJÁ (305 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (242,38kcal)		672,1	111,0	30,0	15,0
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (172,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF, + ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)					
JANTAR (17:00h)									
	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ABACAXI (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	679,13	117,00	29,00	15,00
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	PEIXADA AF, COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, E SUCO DE MARACUJÁ (305 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (242,38kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (172,87 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)									
	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	PÃO CASEIRO DE FUBÁ COM QUEIJO E SUCO DE ABACAXI (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)		MAÇÃ E MELÃO EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	694,2	118,0	29,0	15,0
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MOUTINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)		PEIXADA AF, COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE, + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, E SUCO DE MARACUJÁ (305 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (242,38kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF, (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU + SUCO DE LARANJA (169,19 Kcal)				
JANTAR (17:00h)									
	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	FERIADO						55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00h)						0,00	0,00	0,00	0,00
ALMOÇO (11:30h)									
LANCHE TARDE (14:30h)									
JANTAR (17:00h)									

Não adicionar açúcar nas preparações.

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR: 3355-6101/3355-6132/ 99299-8802 (WHATSAPP)
FONECELOS: (81) 30431-4480
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE): 3355-6151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



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

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS
ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)
PERÍODO Parcial

ESPAÇO PERTENCER

DEZEMBRO - 2023



DEZEMBRO - 2023							Composição nutricional (média semanal)			
		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
		01/12/2023						55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)					MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	424,4	74	18	6
	ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)				
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	128,9	44	3	0
	JANTAR (17:00h)									
		04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,26 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (84,59Kcal)	FERIADO		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (331,39Kcal)	PEIXADA AF, COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, E SUCO DE MARACUJÁ (335,91 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)		393,2	66	20	7
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (211,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)			139,7	34	3
	JANTAR (17:00h)									
		11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,26 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (331,39Kcal)	PEIXADA AF, COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE, + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, E SUCO DE MARACUJÁ (335,91 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)	409,4	70	19	7
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	BOLO DE BANANA COM SUCO DE GOIABA (211,55 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)+ ABACATE AF, (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	131,1	34	2	2
	JANTAR (17:00h)									
		18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,26 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (395,09 Kcal)		PEIXADA AF, COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE, + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, E SUCO DE MARACUJÁ (335,91 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (281,07kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (333,74kcal)	408,7	70	20	6
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)+ ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU + SUCO DE LARANJA (207,87 KCAL)	130,8	30	2	2
	JANTAR (17:00h)									
		25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	FERIADO						55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
	ALMOÇO (11:30h)						0	0	0	0
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)						0	0	0	0
	JANTAR (17:00h)									

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132/ 99299-8802 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (81)99421-8450
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

CARDÁPIO - CRECHES TRANSPORTADAS

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04-05 anos)

PERÍODO Parcial



CARDÁPIO - CRECHE PARCEIRA MAGNO DELAMADRI E ASSOCIAÇÃO SRA APARECIDA

DEZEMBRO - 2023

		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Composição nutricional (média semanal)			
							01/12/2023			
							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)					MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS, E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	386	64	18	6
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	313	71	13	4
	JANTAR (17:00h)					INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (184,09 Kcal)				
		04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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 E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (84,59Kcal)	FERIADO				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (292,71Kcal)	PEIXADA AF COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE+ SALADA COLORIDA ALFACE,PEPINO,TOMATE, CENOURA AF, E SUCO DE MARACUJÁ (335,91 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (242,38kcal)		364	58	19	7
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (109,36 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)+ ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)		266	51	10	4
	JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (137,27 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)					
		11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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 E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (292,71Kcal)	PEIXADA AF COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COLORIDA, ALFACE,PEPINO,TOMATE, CENOURA AF, E SUCO DE MARACUJÁ (335,91 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (242,38kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO, E LEGUMES COZIDOS, E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	368	59	19	7
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (109,36 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)+ ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)	276	55	11	4
	JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (137,27 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (184,09 Kcal)				
		18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	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)	CONSELHO PEDAGÓGICO	MAÇÃ E MELÃO CORTADINHOS EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)		PEIXADA AF COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE+ SALADA COLORIDA, ALFACE,PEPINO,TOMATE,CENOURA AF, E SUCO DE MARACUJÁ (305 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (242,38kcal)	FRANGO GUIADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	380	63	20	6
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) + ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	BOLO DE CENOURA + SUCO DE LARANJA (169,19 Kcal)	281	51	10	5
	JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (137,27 Kcal)		SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (184,09 Kcal)				
		25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	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)	FERIADO					0	0	0	0
	ALMOÇO (11:30h)									
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)						0	0	0	0
	JANTAR (17:00h)									

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3356-9101/3355-9132/ 99299-9802 (WHATSAPP)

FORNECEDOR: (01)99421-8450

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

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



CARDÁPIO - CRECHE PARCEIRA ASSOCIAÇÃO N° SRA APARECIDA
DEZEMBRO - 2023

DEZEMBRO - 2023						Composição nutricional (média semanal)			
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPO (g)
					01/12/2023				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)					VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	55% a 85% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
LANCHE MANHÃ (08:00h)					MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	g	g	g	
ALMOÇO (11:30h)					FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)	891	167	38	16
LANCHE TARDE (14:30h)					SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)					INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA(184,09 Kcal)				
	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	Composição nutricional (média semanal)			
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ABACAXI (218,09Kcal)	FERIADO	816	133	38	18
LANCHE MANHÃ (08:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS (84,59Kcal)					
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	PEIXADA AF COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE,CENOURA AF E SUCO DE MARACUJÁ (305 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (242,38kcal)					
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (109,36 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)+ ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)					
JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (137,27 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)					
	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E SUCO DE ACEROLA (210,79 Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ABACAXI (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	831	140	38	17
LANCHE MANHÃ (08:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)	MELÃO E MELANCIA EM CUBOS (71,43 Kcal)	MAÇÃ E MELÃO EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE JERIMUM, ARROZ E FEIJÃO PRETO E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	PEIXADA AF COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE,CENOURA AF E SUCO DE MARACUJÁ (305 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (109,36 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)+ ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,93 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (137,27 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (186,50 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (184,09 Kcal)				
	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	VITAMINA DE BANANA COM MAMÃO (192,52 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ABACAXI (218,09Kcal)	VITAMINA DE BANANA COM AVEIA (192,52 Kcal)	841	139	38	18
LANCHE MANHÃ (08:00h)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (71,25 Kcal)		MAÇÃ E MELÃO EM CUBOS (75,04 Kcal)	ABACAXI E MAMAO EM CUBOS (84,59Kcal)	MAÇÃ E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)				
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)		PEIXADA AF COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, PURÊ DE BATATA DOCE+ SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE,CENOURA AF, E SUCO DE MARACUJÁ (305 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ PARBOILIZADO, FEIJÃO CARIOCA, SALADA CRUA E SUCO DE ACEROLA (242,38kcal)	FRANGO GUISADO, ARROZ, PIRÃO DE FRANGO, 1/2 OVO COZIDO E LEGUMES COZIDOS E SUCO DE GOIABA (295,06kcal)				
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA EM CUBOS (75,04 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA)+ ABACATE AF (128,93 Kcal)	BANANA E MELANCIA EM CUBOS (111,21 Kcal)	BOLO DE CENOURA + SUCO DE LARANJA(169,19 Kcal)				
JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABÓBORA COM SUCO DE ABACAXI (137,27 Kcal)		SOPA DE CARNE COM LEGUMES EM CUBOS MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA (185,89 Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE ACEROLA (184,09 Kcal)				
	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023				
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	FERIADO					0	0	0	0
LANCHE MANHÃ (08:00h)									
ALMOÇO (11:30h)									
LANCHE TARDE (14:30h)									
JANTAR (17:00h)									

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 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

ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 02 E 03

DEZEMBRO - 2023



PREFEITURA DO RECIFE
 SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
 GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	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)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (337,26 Kcal)	337,26	56	17	6
SEMANA 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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 QUEIJO E REFRESCO DE MANGA (398,39 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ + BOLO AF, (340,03 KCAL)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA+ BANANA AF, (328,74 Kcal)	FERIADO	345,26	57	10	7
SEMANA 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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 REFRESCO DE TANGERINA (351,98KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE CAJÚ + MELÃO (322,83 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (292,93 kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,63 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (338,62 KCAL)	327,2	51	12	5
SEMANA 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	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)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (333,81 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (371,97 KCAL)	BOLO ESPECIAL, RESFRESCO DE MANGA E MAÇÃ + UVA AF (335,72 KCAL)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE CAJÚ (356,51 KCAL)	349,5	60	12	7
SEMANA 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	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					0	0	0	0

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



PRF. LUIZ CARLOS DE OLIVEIRA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

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

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	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)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (337,26 Kcal)	337	56	17	6
SEMANA 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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 (398,39 Kcal)	MUNGUNZÁ COM CANELA (313,90 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ+ BOLO AF, (340,03 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA+ BANANA AF, (328,74 Kcal)	FERIADO	345	57	10	7
SEMANA 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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 + MELÃO (322,83 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (351,98Kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,63 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (292,93 kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (338,62 Kcal)	327	51	12	5
SEMANA 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	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)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (333,81 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	BOLO ESPECIAL, REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ + UVA AF (335,72 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (371,97 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE CAJÚ (356,51 Kcal)	350	60	12	7
SEMANA 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	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					0	0	0	0

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 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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	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)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (418,89 Kcal)	418,89	62,00	22,00	10,00
SEMANA 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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 + MAÇÃ (431,80 KCAL)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (406,59 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ + BOLO AF, (332,66 KCAL)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA+ BANANA AF, (415,42 Kcal)	FERIADO	421,6	68	13	10
SEMANA 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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 REFRESCO DE TANGERINA (422,92 KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJÚ + MELÃO (402,05 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (423,03 kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (415,40 KCAL)	413,6	73	17	7
SEMANA 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	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)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (433,98 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (462,54 KCAL)	BOLO ESPECIAL, REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ + UVA AF (428,24 KCAL)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE CAJÚ (338,90 KCAL)	415,9	73	14	9
SEMANA 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	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					0	0	0	0

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



Synara Soares
Nutricionista CRN-6 4255
Mat 105015-0

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



ESCOLAS MUNICIPAIS E CONVENIADAS - RPA 04 e 05

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional semanal (média)			
						Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
SEMANA 01					01/12/2023				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (418,89 Kcal)	418,89	62,00	22,00	10,00
SEMANA 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (406,59 Kcal)	MUNGUNZÁ COM CANELA + MAÇÃ (431,80 KCAL)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ + BOLO AF, (332,66 KCAL)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA + BANANA AF (415,42 Kcal)	FERIADO	421,62	68	13	10
SEMANA 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJÚ + MELÃO (402,05 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (422,92 KCAL)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (423,03 kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (415,40 KCAL)	413,61	73	17	7
SEMANA 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (433,98 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	BOLO ESPECIAL, RESFRESCO DE MANGA E MAÇÃ + UVA AF (428,24 KCAL)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (462,54 KCAL)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE CAJÚ (338,90 KCAL)	415,91	73	14	9
SEMANA 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023				
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	FERIADO					0	0	0	0

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

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

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Integral- Anos Iniciais

MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Iniciais

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 06 a 10 anos

PERÍODO Integral



RC NUTRY
Alimentação saudável é saudável

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

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01					01/12/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)					BROA SEM RECHEIO + BANANA + REFRESCO DE ACEROLA (416,42 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00H)					FEIJÃO PERNAMBUCANO COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE GOIABA (564,26 kcal)	1502	122,79	59	25
LANCHE TARDE (15:00H)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (418,89 Kcal)				
SEM 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO + REFRESCO DE ABACAXI + MAÇA (406,69 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (402,06 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA + REFRESCO DE GOIABA (416,42 Kcal)	FERIADO	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H)	FRANGO ASSADO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA (766,22 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE GOIABA + GELADO AF, (513,63 kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA COZIDA+ SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, E REFRESCO DE CAJÚ + GOIABA AF, (563,66 Kcal)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ABACAXI (601,03 Kcal)		1423	246	57	25
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUNZÁ COM CANELA + MELÃO (431,80 Kcal)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI+ BOLO AF (401,28 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (433,98 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA+ BANANA AF, (415,40 Kcal)					
SEM 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MELANCIA E TANGERINA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE ABACAXI + BANANA (402,06 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (428,24 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + MAMÃO (406,69 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA (416,42 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 CARIÓCA, SELETA DE LEGUMES + REFRESCO DE MANGA (576,04 Kcal)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ACEROLA (576,76 Kcal)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, REFRESCO DE CAJÚ (700,68 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE BATATA + REFRESCO DE ABACAXI (673,72 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE CAJÚ+ GOIABA AF, (637,93 Kcal)	1490	239,84	66,2	28
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ (422,92 Kcal)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (443,50 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE, BANANA + GOIABA AF (419,02 Kcal)	BAIÃO DE DOIS+ MELANCIA AF (469,03 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (415,40 Kcal)				
SEM 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA (402,06 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	BROA SEM RECHEIO, REFRESCO DE ABACAXI E MELÃO (428,24 Kcal)	BOLO ESPECIAL + MAÇA REFRESCO DE GOIABA + UVA AF (416,42 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA+ GOIABA AF (349,22 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, PURÊ DE JERIMUM, REFRESCO DE MANGA (603,37) Kcal		FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE GOIABA, (563,66 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, MACARRÃO + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, E REFRESCO DE ACEROLA+ (684,21)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA AF (562,72 Kcal)	1475	248,27	62,8	25,2
LANCHE TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E TANGERINA (433,98 Kcal)		PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ + GOIABA AF, (415,40 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI (462,54 Kcal)	MELANCIA, MAÇA E BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (404,67 Kcal)				
SEM 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	FERIADO					Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)						0	0	0	0
LANCHE TARDE (15:00H)									

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 DO RECIFE / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

Synara Soares

Nutricionista CRN-6 4255

Mat. 105015-0

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Integral- Anos 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

DEZEMBRO - 2023

DEZEMBRO - 2023									
SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01					01/12/2023	Energia (Kcal)	CHD (g)	PTN (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)					BROA SEM RECHEIO +BANANA + MELÃO REFRESCO DE ACEROLA (468,07 Kcal)				
ALMOÇO (12:00H)					FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE GOIABA (564,26 kcal)				
LANCHE TARDE(15:00H)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (404,67 Kcal)	1437	237	58	23
SEM 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	Energia (Kcal)	CHD (g)	PTN (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO + REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELANCIA (426,67 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAMÃO (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E TANGERINA (482,94 Kcal)	BROA SEM RECHEIO +MELANCIA + MAÇÃ REFRESCO DE GOIABA (468,07 Kcal)					
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA (684,21 Kcal)	FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE GOIABA + GELADO AF, (664,62 kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SALADA COZIDA + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, REFRESCO DE CAJÚ + GOIABA AF, (688,64 KCAL)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ABACAXI (601,03 KCAL)					
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUNZÁ COM CANELA + MELÃO (464,34 KCAL)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI + BOLO AF, (413,45 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (424,47Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MELÃO + BANANA AF, (613,36 Kcal)	FERIADO	1570	274	62	26
SEM 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	Energia (Kcal)	CHD (g)	PTN (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM BEBIDA LACTEA SALADA DE FRUTAS E TANGERINA (482,94 KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MAMÃO (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA E MELÃO (482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + MAMÃO E MAÇÃ (426,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO +BANANA + MELÃO REFRESCO DE GOIABA (468,07 Kcal)				
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES + REFRESCO DE MANGA (676,04 KCAL)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ACEROLA (676,76 KCAL)	CARNE MOIDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA+ SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF + REFRESCO DE CAJÚ (700,68 KCAL)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE BATATA + REFRESCO DE ABACAXI (673,72 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE CAJÚ + GOIABA AF (582,47 KCAL)				
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA (484,39 KCAL)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (566,81 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE, BANANA + GOIABA AF (460,28 KCAL)	BAIÃO DE DOIS + MELANCIA AF (523,04 KCAL)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (613,36 Kcal)	1619	283	68	27
SEM 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	Energia (Kcal)	CHD (g)	PTN (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (477,01 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	BROA SEM RECHEIO + BANANA + MELÃO REFRESCO DE ABACAXI (482,94 KCAL)	BOLO ESPECIAL REFRESCO DE GOIABA E MAÇÃ E TANGERINA + UVA AF (468,07 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E BANANA+ GOIABA AF (468,07 Kcal)				
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE JERIMUM, REFRESCO DE MANGA (614,91 KCAL)		FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE GOIABA, (688,64 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO+ SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, E REFRESCO DE ACEROLA (684,21)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA AF (662,72 KCAL)				
LANCHE TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E TANGERINA (424,47 Kcal)		PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA + GOIABA AF (613,36 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI (603,85 KCAL)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ E MELANCIA (468,07 Kcal)	1569	274	66	25
SEM 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	Energia (Kcal)	CHD (g)	PTN (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	FERIADO								
ALMOÇO (12:00 H)									
LANCHE TARDE (15:00H)						0	0	0	0

CONTATOS:

GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-91329829-8802 (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

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

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : Ensino Integral- Anos Finais

MODALIDADE DE ENSINO: Regular Anos Finais

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO Integral



NILO PEREIRA E ANTÔNIO HERÁCLITO

DEZEMBRO - 2023

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
					01/12/2023		CHO (g)	PTM (g)	LPO (g)
SEM 01					BROA SEM RECHEIO + BANANA + MELÃO REFRESCO DE ACEROLA (468,07 Kcal)	Energia (Kcal)	55% ± 15% de VET	15% ± 15% de VET	15% ± 15% de VET
LANCHE MANHÃ (09:00H)									
ALMOÇO (12:00H)					FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE GOIABA (564,26 kcal)	1437	237	58	23
LANCHE TARDE (15:00H)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (404,67 Kcal)				
SEM 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023		CHO (g)	PTM (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO + REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELANCIA (426,67 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAMÃO (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E TANGERINA (482,94 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA + MAÇÃ REFRESCO DE GOIABA (468,07 Kcal)	FERIADO	Energia (Kcal)	55% ± 15% de VET	15% ± 15% de VET	15% ± 15% de VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA (684,21 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE GOIABA + GELADO AF (688,64 kcal)	FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, SALADA COZIDA + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF E REFRESCO DE CAJÚ + GOIABA AF (654,52 Kcal)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ABACAXI (601,03 Kcal)		1570	274	62	26
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUNZÁ COM CANELA + MELÃO (464,34 Kcal)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI + BOLO AF (413,46 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (424,47 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MELÃO + BANANA AF (613,36 Kcal)					
SEM 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023		CHO (g)	PTM (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM BEBIDA LACTEA SALADA DE FRUTAS E TANGERINA (482,94 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MAMÃO (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA E MELÃO (482,94 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + MAMÃO E MAÇÃ (426,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + BANANA + MELÃO REFRESCO DE GOIABA (468,07 Kcal)	Energia (Kcal)	55% ± 15% de VET	15% ± 15% de VET	15% ± 15% de VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, SELETA DE LEGUMES + REFRESCO DE MANGA (676,04 Kcal)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ACEROLA (676,76) Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF REFRESCO DE CAJÚ (700,88 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÉ DE BATATA + REFRESCO DE ABACAXI (673,72 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE CAJÚ + GOIABA AF (582,47 Kcal)	1619	283	68	27
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA (484,39 Kcal)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (666,81 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE, BANANA + GOIABA AF (460,28 Kcal)	BAIÃO DE DOIS + MELANCIA AF (623,04 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (613,36 Kcal)				
SEM 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023		CHO (g)	PTM (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (477,01 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	BROA SEM RECHEIO + BANANA + MELÃO REFRESCO DE ABACAXI (468,07 Kcal)	BOLO ESPECIAL, REFRESCO DE GOIABA E MAÇÃ E TANGERINA UVA AF (482,94 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E BANANA + GOIABA AF (440,13 Kcal)	Energia (Kcal)	55% ± 15% de VET	15% ± 15% de VET	15% ± 15% de VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, PURÉ DE JERIMUM, REFRESCO DE MANGA (614,91) Kcal)		FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE GOIABA (688,64 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIÓCA, MACARRÃO + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF E REFRESCO DE ACEROLA (684,21 Kcal)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA AF (562,72 Kcal)	1569	274	65	25
LANCHE TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E TANGERINA (424,47 Kcal)		PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA + GOIABA AF (613,36 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI (603,86 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ E MELANCIA (468,07 Kcal)				
SEM 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023		CHO (g)	PTM (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)						Energia (Kcal)	55% ± 15% de VET	15% ± 15% de VET	15% ± 15% de VET
ALMOÇO (12:00 H)	FERIADO					0	0	0	0
LANCHE TARDE (15:00H)									

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



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

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



ESCOLA MUNICIPAL E CONVENIADAS MANGABEIRA

DEZEMBRO - 2023

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01					01/12/2023		CHO (g)	PTM (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)					BROA SEM RECHEIO + BANANA + MELÃO REFRESCO DE ACEROLA (468,07 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
ALMOÇO (12:00H)					FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ, FAROFA E REFRESCO DE GOIABA (564,25 kcal)	1437	237	58	23
LANCHE TARDE (15:00H)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (404,57 Kcal)				
SEM 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023		CHO (g)	PTM (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM QUEIJO + REFRESCO DE ABACAXI + MAÇÃ E MELANCIA (425,67 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MAMÃO (477,01 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA E TANGERINA (482,94 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELANCIA + MAÇÃ REFRESCO DE GOIABA (468,07 Kcal)	FERIADO	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, FEIJÃO PRETO, ARROZ, MACARRÃO, REFRESCO DE MANGA (756,22 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE GOIABA + GELADO AF (513,63 kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SALADA COZIDA + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, REFRESCO DE CAJÚ + GOIABA AF (588,64 Kcal)	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE ABACAXI (601,03 Kcal)		1552	272	62	26
LANCHE TARDE (15:00H)	MUNGUNZÁ COM CANELA + MELÃO (454,34 Kcal)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI + BOLO AF (413,45 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (424,47 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MELÃO + BANANA AF (513,36 Kcal)					
SEM 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023		CHO (g)	PTM (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	BOLO SEM RECHEIO COM BEBIDA LACTEA SALADA DE FRUTAS E TANGERINA (482,,94 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ABACAXI + BANANA E MAMÃO (477,01 Kcal)	CUSCUZ COM OVO E REFRESCO DE CAJÚ (528,33 kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + MAMÃO E MAÇÃ (425,67 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + BANANA + MELÃO REFRESCO DE GOIABA (468,07 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES + REFRESCO DE MANGA (575,04) Kcal	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE ACEROLA (676,75) Kcal	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF REFRESCO DE CAJÚ (700,58 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, PURÊ DE BATATA + REFRESCO DE ABACAXI (673,72 Kcal)	DOBRADINHA DE FRANGO, ARROZ, FAROFA, REFRESCO DE CAJÚ + GOIABA AF (582,47 Kcal)	1628	279	73	27
LANCHE TARDE (15:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA (484,39 Kcal)	MACAXEIRA COM ISCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (556,81 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E BANANA + GOIABA AF (440,13 Kcal)	BAIÃO DE DOIS + MELANCIA AF (523,04 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E MAÇÃ (513,36 Kcal)				
SEM 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023		CHO (g)	PTM (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE ACEROLA + MELANCIA E MELÃO (477,01 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	BROA SEM RECHEIO + BANANA + MELÃO REFRESCO DE ABACAXI (468,07 Kcal)	BOLO ESPECIAL, REFRESCO DE GOIABA E MAÇÃ E TANGERINA + UVA AF (482,94 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA E BANANA + GOIABA AF (440,13 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOÍDA, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE JERIMUM, REFRESCO DE MANGA (614,91 Kcal)		FRANGO AO MOLHO, ARROZ COLORIDO, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE GOIABA, (588,64 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO + SALADA COLORIDA, ALFACE, PEPINO, TOMATE, CENOURA AF, E REFRESCO DE ACEROLA (684,21 Kcal)	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO, REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA AF (562,72 Kcal)	1569	274	66	25
LANCHE TARDE (15:00H)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E TANGERINA (424,47 Kcal)		PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA + GOIABA AF (513,36 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI (503,85 Kcal)	BROA SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ E MELANCIA (468,07 Kcal)				
SEM 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023		CHO (g)	PTM (g)	LPO (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	FERIADO					Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 20% do VET
ALMOÇO (12:00 H)						0	0	0	0
LANCHE TARDE (15:00H)									

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 E CONVENIADAS GURI

DEZEMBRO - 2023



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

Synara Moares
Nutricionista CRN-6 4255
Mat 105015-0



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	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)					SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE GOIABA (291,81 Kcal)	291,81	49	14	4
SEMANA 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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 MARACUJÁ (351,98KCAL)	BOLO DE BANANA + MELANCIA E SUCO DE ACEROLA (354,04 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E SUCO DE LARANJA +BOLO AF, (340,03 KCAL)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + SUCO DE GOIABA+ BANANA AF (328,74 Kcal)	FERIADO	343,7	57	11	7
SEMANA 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,63 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (292,93 kcal)	PÃO COM QUEIJO E SUCO DE ABACAXI (398,39 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (333,81 Kcal)	333,73	52	12	6
SEMANA 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	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)	COOKIES SEM RECHEIO COM SUCO DE ACEROLA +MAÇÃ (356,51 Kcal)	BOLO DE BANANA + MELANCIA E SUCO DE ABACAXI (354,04 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (348,43 Kcal)	BOLO DE CENOURA + BANANA E SUCO DE LARANJA + UVA AF (354,04 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (322,83 Kcal)	347,17	61	9	8
SEMANA 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	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	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,63 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM SUCO DE ACEROLA +MAÇÃ (356,51 Kcal)			343,07	74	5	5

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

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

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



ESCOLA MUNICIPAL E CONVENIADAS MANGABEIRA

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	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)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (337,26 Kcal)	337,26	56	17	6
SEMANA 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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 QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA (398,39 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ + BOLO AF (340,03 KCAL)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA+ BANANA AF, (328,74 Kcal)	FERIADO	345,26	57	10	7
SEMANA 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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 REFRESCO DE ACEROLA (351,98KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE CAJÚ + MELÃO (322,83 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (292,93 kcal)	MELANCIA E BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (329,63 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (338,62 KCAL)	327,2	51	12	5
SEMANA 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	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)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E MELÃO (333,81 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE GOIABA (371,97 KCAL)	BOLO ESPECIAL, RESFRESCO DE ACEROLA E MAÇÃ + UVA AF (335,72 KCAL)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE CAJÚ (356,51 KCAL)	349,5	60	12	7
SEMANA 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	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					0	0	0	0

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

Synara Soares
Nutricionista CRN-6 4255
Mat 105015-0

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



ESCOLA MUNICIPAL E CONVENIADAS MANGABEIRA

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	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)					SOPA DE CARNE COM LEGUMES E TANGERINA (479,3 Kcal)	404,57	54	25	11
SEMANA 2	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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)	MUNGUNZÁ COM CANELA + MELÃO (454,34 Kcal)	CUSCUZ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI (413,45 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E TANGERINA (424,47Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA E MELANCIA + BOLO AF (513,36 Kcal)	FERIADO	451,4	72	22	9
SEMANA 3	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELANCIA (484,39 Kcal)	MACAXEIRA COM ÍSCA DE CARNE AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (535,59 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA E BANANA (440,13 Kcal)	BAIÃO DE DOIS+ MELANCIA AF (523,04 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE ABACAXI E MAÇÃ + BANANA AF (513,36 Kcal)	499,3	87	25	6
SEMANA 4	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	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)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E TANGERINA (424,47 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ E MELÃO (513,36 Kcal)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ABACAXI+ UVA AF (503,85 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE ACEROLA +MAÇÃ E MELANCIA (516,16 Kcal)	489,46	80	23	10
SEMANA 5	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	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					0	0	0	0

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

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



Synara Soares
Nutricionista CRN-6 4255
Mat 105015-0

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



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

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 45% do VET	FIN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)					SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (440,13 Kcal)	440	81	21	5
SEMANA 2	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 45% do VET	FIN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (488,34kcal)	CUSCUZ COM CARNE GUIADA AO MOLHO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (442,55 KCAL)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJÚ, MELÃO E BANANA (477,01 KCAL)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA + BOLO AF (404,57 kcal)	FERIADO	453	72	24	8
SEMANA 3	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 45% do VET	FIN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA E MELÃO (484,39 KCAL)	CARÁ +CARNE GUIADA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E REFRESCO GOIABA (428,36 kcal)	BOLO + REFRESCO DE MANGA + MELÃO + BANANA (482,94 kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) + MELANCIA + MELANCIA AF (391,27 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA), REFRESCO DE CAJÚ + TANGERINA + BANANA AF (513,36Kcal)	460	79	21	8
SEMANA 4	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 45% do VET	FIN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (454,34 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	MACAXEIRA COM CARNE AO MOLHO DE LEGUMES (CENOURA, BATATA)+ REFRESCO DE MANGA (579,27 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA + UVA AF (424,47 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE GOIABA + BANANA + MELANCIA (425,67 kcal)	471	83	18	10
SEMANA 5	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 45% do VET	FIN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	FERIADO					0	0	0	0

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

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

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

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 11 A 14 anos

PERÍODO *Parcial*



Alimentação saudável e nutritiva

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

DEZEMBRO - 2023

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01					01/12/2023	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 + BANANA + REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	415	77	5	2
SEMANA 02	04/12/2023	05/12/2023	06/12/2023	07/12/2023	08/12/2023	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)	COOKIES SEM RECHEIO COM REFRESCO DE TANGERINA + MAÇÃ (338,90 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO + REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (402,05 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE MANGA + BANANA (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA + BANANA AF E BOLO AF (415,42 Kcal)	FERIADO	396	78	5	7
SEMANA 03	11/12/2023	12/12/2023	13/12/2023	14/12/2023	15/12/2023	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 TANGERINA + BEBIDA LÁCTEA DE SALADA DE FRUTAS (404,67 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJÚ + BANANA (402,05 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO COM REFRESCO DE GOIABA + TANGERINA (428,24 Kcal)	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE TANGERINA (415,42 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (415,40 Kcal)	413	78	10	7
SEMANA 04	18/12/2023	19/12/2023	20/12/2023	21/12/2023	22/12/2023	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 TANGERINA + MELANCIA (402,05 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	BROA SEM RECHEIO + MELÃO + REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	BOLO ESPECIAL, REFRESCO DE CAJÚ E MAÇÃ + UVA AF (428,24 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (349,22 Kcal)	399	76	10	6
SEMANA 05	25/12/2023	26/12/2023	27/12/2023	28/12/2023	29/12/2023	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					0	0	0	0

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