

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

PERÍODO Integral



CRECHES CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

OUTUBRO- 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPINHA DE BATATA DOCE (102,97Kcal)	PAPINHA DE AVEIA (99,51 Kcal)	VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA) (99,0 Kcal)		MINGAU DE BANANA COM MAÇÃ (249,66 Kcal)		VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO E AVEIA) (118,3 Kcal)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	MAÇÃ RASPADINHA(75,02 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (71,54 Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBINHOS (45,42Kcal)		MAÇÃ E MAMÃO EM CUBINHOS (45,7 Kcal)		MAÇÃ RASPADINHA(75,02 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA (190,62 Kcal)	FRANGO EM ÍSCA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA INGLESA COZIDA (176,32 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE ABÓBORA, ARROZ E FEIJÃO MULATINHO (222,22 Kcal)		FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR (216,89 KCAL)		COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES DO COZIDO	
LANCHE TARDE (14:30h)	MELANCIA E MELÃO EM CUBINHOS (31,31 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBINHOS (37,6 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (108,7 Kcal)		MELANCIA E ABACAXI EM CUBINHOS (31,31 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (108,7 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABOBORA COM LEGUMES	INHAME COM CARNE MOÍDA (73,05 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (73,66 Kcal)		SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO (75,26 KCAL)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (139,53 KCAL)	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca(mg)	Fe (mg)
	564,24	106	21	9	458,53	252,63	258,07	6,06

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

***AF: AGRICULTURA FAMILIAR**

Não adicionar sal e açúcar nas preparações.

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



CRECHES CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM LEITE (205,37 Kcal)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	INHAME COM OVO E SUCO DE MARACUJÁ (201,45 KCAL)		PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (208,30 Kcal)		VITAMINA DE BANANA E MAMÃO, COM AVEIA (192,78 Kcal)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	MELANCIA E MELÃO EM CUBOS(71,25 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (70,13 Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS(68,54 Kcala)		MELÃO E MAMÃO EM CUBOS(90,68Kcal)		MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA INGLESA, BETERRABA E CENOURA COZIDAS E SUCO DE ACEROLA (257,23 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ,FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)		FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE GOIABA (346,94 KCAL)		COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES DO COZIDO E SUCO DE MARACUJÁ	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (130KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,7 Kcal)		ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (70,13 Kcal)		VITAMINA DE GOIABA (109,86 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09KCAL)	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO (173,54 KCAL)		SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO (130,52 KCAL)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE ACEROLA (185,89KCAL)	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	87 KCAL	Fe (mg)
	869,47	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		141	38	26				

CARDÁPIO ESPECIAL DIA DAS CRIANÇAS 11/10
LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU E SUCO DE GOIABA

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132 99299-9802 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (81) 3019-3524
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

Não adicionar açúcar nas preparações.
***AF (Agricultura Familiar)**

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)

PERÍODO Parcial



CRECHES CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

OUTUBRO - 2022

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
							Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
TURNO MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	MELANCIA E MELÃO EM CUBOS(71,25 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (70,13 Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS(68,54 Kcal)	MELÃO E MAMÃO EM CUBOS(90,68Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA INGLESA, BETERRABA E CENOURA COZIDAS E SUCO DE ACEROLA (257,23 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ,FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE GOIABA (346,94 Kcal)	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES DO COZIDO E SUCO DE MARACUJÁ	419,17	72	19	7
TURNO TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (130Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,7 Kcal)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (70,13 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (109,86 Kcal)	403,82	77	13	7
	JANTAR (17:00h)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES (181,37Kcal)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09Kcal)	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE ACEROLA (185,89Kcal)				

CARDÁPIO ESPECIAL DIA DAS CRIANÇAS 11/10
LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU E SUCO DE GOIABA

CONTATOS:

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

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)

PERÍODO Integral



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

OUTUBRO - 2022

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
								55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
TURNO INTEGRAL	CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM LEITE (205,37 Kcal)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	INHAME COM OVO E SUCO DE MARACUJÁ (236,45 KCAL)	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (208,30 Kcal)	VITAMINA DE BANANA E MAMÃO, COM AVEIA (192,78 Kcal)				
	LANCHE MANHÃ (09:00h)	MELANCIA E MELÃO EM CUBOS (71,25 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (70,13 Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (68,54 Kcal)	MELÃO E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA INGLESA, BETERRABA E CENOURA COZIDAS E SUCO DE ACEROLA (257,23 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE GOIABA (346,94 KCAL)	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES DO COZIDO E SUCO DE MARACUJÁ	966,06	164	39	20
	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (130 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,7 Kcal)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (70,13 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (109,86 Kcal)				

CARDÁPIO ESPECIAL DIA DAS CRIANÇAS 11/10:
LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU E SUCO DE GOIABA

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132 99299-9802 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (81) 3019-3524
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 01 e 06

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA (313,80 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	CUSCUIZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (348,43 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (338,40 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (351,92 Kcal)	332,19	54	12	8
SEMANA 02	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (330,46 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE MANGA (354,04 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE TANGERINA (328,74 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO(330,79 Kcal)	330,33	59	10	7
SEMANA 03	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CUSCUIZ COM LEITE E MELANCIA (333,29 Kcal)	BANANA E MELÃO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (329,70 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (337,62 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU E MAÇÃ (343,66 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (330,79 Kcal)	323,54	44	12	5
SEMANA 04	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (325,69 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (330,46 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (348,43 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (354,04 Kcal)	FERIADO	322,89	54	12	7
SEMANA 05	31/10/2022					Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CUSCUIZ COM LEITE E MELANCIA (333,29 Kcal)					333,93	66	7	6

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

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

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELANCIA (431,80 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (348,43 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA(412,79 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (433,35 Kcal)	422,36	70	16	10
SEMANA 02	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE MANGA (415,42 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE TANGERINA (406,59 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO(398,88 Kcal)	392,88	68	13	9
SEMANA 03	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)	BANANA E MELÃO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (397,70 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (443,12 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU E MELANCIA(415,40 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (415,40 Kcal)	419,22	76	16	7
SEMANA 04	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (325,69 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (401,10 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (475,38 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	FERIADO	419,79	68	17	10
SEMANA 05	31/10/2022					Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)					419,02	18	10	8

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132 99299-9802 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (81) 3019-3524
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



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

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 1	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022	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)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE ACEROLA (497,71 kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	BROA + REFRESCO DE CAJÚ + MELÃO E BANANA (476,8 kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (500,55 Kcal)	478,84	74	19	13
SEMANA 2	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE TANGERINA (528,33 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MELÃO + MELANCIA (497,01 kcal)	FERIADO	BOLO SEM RECHEIO E REFRESCO DE ACEROLA + BANANA + MAMÃO (477,01 kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MELÃO (479,8 kcal)	460,64	81	19	8
SEMANA 3	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	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)	CARÁ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (CENOURA, BATATA) + REFRESCO DE CAJÚ (473,12 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) , REFRESCO DE TANGERINA + BANANA (497,62Kcal)	CURAU COM CANELA E MELANCIA (469,78 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO + MELÃO (555,46 kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (500,55 Kcal)	480,35	88	18	6
SEMANA 4	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022	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)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (488,52kcal)	BATATA DOCE + CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU)E REFRESCO DE MANGA (440,70 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE LIMÃO + MELANCIA (490,48 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO (484,47Kcal)	FERIADO	458,04	75	24	8
SEMANA 5	31/10/2022					Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)					413,45	69	25	5

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

***AF: AGRICULTURA FAMILIAR**

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

ZONA Urbana

FAIXA ETÁRIA : 06 a 10 anos

PERÍODO Integral



GENERAL GOODS
ALIMENTAÇÃO E SERVIÇOS

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

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELANCIA (431,80 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (565,85 kcal)	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (415,40 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00H)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 677,88 KCAL		FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 KCAL	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE CAJÚ - 525,02 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE ABÓBORA, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal	1448,8	247	60	25
LANCHE TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)		CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (348,43 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA				
SEM 02	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO (443,50 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE CAJU (415,42 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJU (415,42 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE ABACAXI (603,38 kcal)	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE MANGA 638,24 KCAL		CARNE MOIDA, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA - 638,57 KCAL	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE ACEROLA - (620,58 Kcal)	1425,7	239	62	24
LANCHE TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MAÇÃ (398,88 Kcal)		MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (443,12 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO(398,88 Kcal)				
SEM 03	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE ABACAXI (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (415,40 Kcal)	BANANA E MELÃO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (397,70 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJÚ (415,42 Kcal)	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE MANGA (675,2 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, PURÊ DE ABÓBORA, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal	CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 KCAL)	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA - 622,37 KCAL	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA - 642,58 KCAL	1481,4	254	57	26
LANCHE TARDE (15:00H)	CARÁ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (CENOURA, BATATA) + REFRESCO DE GOIABA (473,12 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU(412,79 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (500,55 Kcal)				
SEM 04	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022		CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (325,69 KCAL)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (401,10 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA (406,59 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	FERIADO	Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 KCAL)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, PURÊ DE ABÓBORA, FEIJÃO PRETO, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal	CARNE MOIDA, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E , REFRESCO DE CAJU - 567,26 KCAL	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA COZIDA , REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 KCAL		1386,4	229	60	29
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (348,43 Kcal)	BATATA DOCE + CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU)E REFRESCO DE CAJU (440,70 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) , REFRESCO DE MANGA + BANANA (497,62Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO (484,47KCAL)					
SEM 05	31/10/2022						CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)					Energia (Kcal)	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOIDA, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E , REFRESCO DE MANGA - 567,26 KCAL					1449,3	254	49	20
LANCHE TARDE (15:00H)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA (490,48 Kcal)								

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



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



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

OUTUBRO - 2022

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)				
SEM 01	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
LANCHE MANHÃ(09:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELANCIA (431,80 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (565,85 kcal)	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA + MAÇÃ (415,40 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO(12:00H)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 677,88 Kcal		FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE CAJÚ - 525,02 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE ABÓBORA, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal		1590,4	266	70	28
LANCHE TARDE(15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)		CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (348,43 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA					
SEM 02	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO (443,50 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + MELANCIA + REFRESCO DE CAJÚ (415,42 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJÚ (415,42 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE ABACAXI (603,38 kcal)	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE MANGA 638,24 Kcal		CARNE MOIDA, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA - 638,57 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE ACEROLA - (620,58 Kcal)		1538,5	267	67	24
LANCHE TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MAÇÃ (398,88 Kcal)		MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (443,12 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO(398,88 Kcal)					
SEM 03	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE ABACAXI (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (415,40 Kcal)	BANANA E MELÃO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (397,70 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJÚ (415,42 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE MANGA(675,2 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, PURÊ DE ABÓBORA, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal	CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA - 622,37 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA - 642,58 Kcal		1511,1	271	60	24
LANCHE TARDE (15:00H)	CARÁ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (CENOURA, BATATA) + REFRESCO DE GOIABA (473,12 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ(412,79 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (500,55 Kcal)					
SEM 04	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (325,69 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (401,10 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA (406,59 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	FERIADO		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, PURÊ DE ABÓBORA, FEIJÃO PRETO, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal	CARNE MOIDA, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E , REFRESCO DE CAJU - 567,26 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA COZIDA , REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal			1564,1	266	66	30
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (348,43 Kcal)	BATATA DOCE + CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU)E REFRESCO DE CAJU (440,70 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) , REFRESCO DE MANGA + BANANA (497,62Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO (484,47Kcal)						
SEM 05	31/10/2022					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)						55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOIDA, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E , REFRESCO DE MANGA - 567,26 Kcal						290	53	15	
LANCHE TARDE (15:00H)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA (490,48 Kcal)									

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



UTEC FRIA

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022	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 MELÃO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (329,70 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (565,85 kcal)	BROA SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE TANGERINA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (415,40 Kcal)	418,48	85	6	7
SEMANA 02	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	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 ACEROLA + MAÇÃ (565,85 kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE MANGA (354,04 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE TANGERINA (328,74 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	422,82	80	7	11
SEMANA 03	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	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, MELANCIA E REFRESCO DE CAJÚ (328,74 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE TANGERINA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE CAJÚ + MELANCIA (415,40 Kcal)	BANANA E MELÃO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (329,70 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE TANGERINA (415,42 Kcal)	413,16	78	10	7
SEMANA 04	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE TANGERINA (354,04 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (415,40 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE LIMÃO (406,59 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (354,04 Kcal)	FERIADO	419,62	78	7	9
SEMANA 05	31/10/2022					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 E REFRESCO DE LIMÃO (415,42 Kcal)					415,42	77	5	2

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

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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

PERÍODO *Integral*



CRECHES CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

OUTUBRO- 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	PAPINHA DE BATATA DOCE (102,97Kcal)	PAPINHA DE AVEIA (99,51 Kcal)	VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO, ACEROLA E LARANJA) (99,0 Kcal)		MINGAU DE BANANA COM MAÇÃ (249,66 Kcal)		VITAMINA DE FRUTAS (MAMÃO E AVEIA) (118,3 Kcal)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	MAÇÃ RASPADINHA(75,02 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (71,54 Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBINHOS (45,42Kcal)		MAÇÃ E MAMÃO EM CUBINHOS (45,7 Kcal)		MAÇÃ RASPADINHA(75,02 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJO MULATINHO, SALADA CRUA (190,62 Kcal)	FRANGO EM ÍSCA, ARROZ, FEIJÃO PRETO E BATATA INGLESA COZIDA (176,32 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, PURÊ DE ABÓBORA, ARROZ E FEIJÃO MULATINHO (222,22 Kcal)		FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR (216,89 KCAL)		COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES DO COZIDO	
LANCHE TARDE (14:30h)	MELANCIA E MELÃO EM CUBINHOS (31,31 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBINHOS (37,6 Kcal)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (108,7 Kcal)		MELANCIA E ABACAXI EM CUBINHOS (31,31 Kcal)		SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (108,7 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	SOPA CREME DE ABOBORA COM LEGUMES	INHAME COM CARNE MOÍDA (73,05 Kcal)	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO (73,66 Kcal)		SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO (75,26 KCAL)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES (139,53 KCAL)	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca(mg)	Fe (mg)
	564,24	106	21	9	458,53	252,63	258,07	6,06

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

***AF: AGRICULTURA FAMILIAR**

Não adicionar sal e açúcar nas preparações.

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



CRECHES CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA		QUINTA-FEIRA		SEXTA-FEIRA	
CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM LEITE (205,37 Kcal)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	INHAME COM OVO E SUCO DE MARACUJÁ (201,45 KCAL)		PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (208,30 Kcal)		VITAMINA DE BANANA E MAMÃO, COM AVEIA (192,78 Kcal)	
LANCHE MANHÃ (09:00h)	MELANCIA E MELÃO EM CUBOS(71,25 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (70,13 Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS(68,54 Kcala)		MELÃO E MAMÃO EM CUBOS(90,68Kcal)		MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)	
ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA INGLESA, BETERRABA E CENOURA COZIDAS E SUCO DE ACEROLA (257,23 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ,FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)		FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE GOIABA (346,94 KCAL)		COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES DO COZIDO E SUCO DE MARACUJÁ	
LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (130KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,7 Kcal)		ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (70,13 Kcal)		VITAMINA DE GOIABA (109,86 Kcal)	
JANTAR (17:00h)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09KCAL)	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO (173,54 KCAL)		SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO (130,52 KCAL)		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE ACEROLA (185,89KCAL)	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	869,47	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		141	38	26				

CARDÁPIO ESPECIAL DIA DAS CRIANÇAS 11/10
LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU E SUCO DE GOIABA

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132 99299-9802 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (81) 3019-3524
CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

Não adicionar açúcar nas preparações.
***AF (Agricultura Familiar)**

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)

PERÍODO Parcial



CRECHES CONVENIADAS (RPA 01 E 06)

OUTUBRO - 2022

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
							Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
TURN MANHÃ	LANCHE MANHÃ (09:00h)	MELANCIA E MELÃO EM CUBOS(71,25 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (70,13 Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS(68,54 Kcal)	MELÃO E MAMÃO EM CUBOS(90,68Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA INGLESA, BETERRABA E CENOURA COZIDAS E SUCO DE ACEROLA (257,23 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ,FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE GOIABA (346,94 Kcal)	COZIDO: CARNE GUISADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES DO COZIDO E SUCO DE MARACUJÁ	419,17	72	19	7
TURN TARDE	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (130KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,7 Kcal)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (70,13 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (109,86 Kcal)				
	JANTAR (17:00h)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES (181,37KCAL)	INHAME COM CARNE MOÍDA E SUCO DE LARANJA (184,09KCAL)	BATATA DOCE COM FRANGO AO MOLHO (173,54 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MACARRÃO (130,52 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E SUCO DE ACEROLA (185,89KCAL)	403,82	77	13	7

CARDÁPIO ESPECIAL DIA DAS CRIANÇAS 11/10
LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU E SUCO DE GOIABA

CONTATOS:

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

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (04 -05 anos)

PERÍODO Integral



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

OUTUBRO - 2022

		SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
							Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
								55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
TURNO INTEGRAL	CAFÉ DA MANHÃ (07:00h)	CUSCUZ COM LEITE (205,37 Kcal)	PAPA DE AVEIA (153,26 Kcal)	INHAME COM OVO E SUCO DE MARACUJÁ (236,45 KCAL)	PÃO CASEIRO DE BETERRABA COM QUEIJO E SUCO DE ACEROLA (208,30 Kcal)	VITAMINA DE BANANA E MAMÃO, COM AVEIA (192,78 Kcal)				
	LANCHE MANHÃ (09:00h)	MELANCIA E MELÃO EM CUBOS (71,25 Kcal)	ABACAXI E MAMÃO EM CUBOS (70,13 Kcal)	MAÇÃ E MELANCIA EM CUBOS (68,54 Kcal)	MELÃO E MAMÃO EM CUBOS (90,68 Kcal)	MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)				
	ALMOÇO (11:30h)	CARNE MOÍDA AO MOLHO, MACARRÃO, FEIJÃO MULATINHO, SALADA CRUA E SUCO DE LARANJA (356,41 Kcal)	FRANGO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, BATATA INGLESA, BETERRABA E CENOURA COZIDAS E SUCO DE ACEROLA (257,23 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO MULATINHO, ABÓBORA REFOGADA E SUCO DE ABACAXI (292,71 Kcal)	FRANGO DESFIADO COM LEGUMES, ARROZ, PURÊ DE BATATA DOCE, FEIJÃO MACASSAR E SUCO DE GOIABA (346,94 KCAL)	COZIDO: CARNE GUIADA, 1/2 OVO COZIDO, ARROZ, PIRÃO, LEGUMES DO COZIDO E SUCO DE MARACUJÁ	966,06	164	39	20
	LANCHE TARDE (14:30h)	MAÇÃ CORTADINHA (75,04 Kcal)	BOLO DE LARANJA COM SUCO DE GOIABA (130 KCAL)	SALADA DE FRUTAS (BANANA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA) (128,7 Kcal)	ABACAXI E MELANCIA EM CUBOS (70,13 Kcal)	VITAMINA DE GOIABA (109,86 Kcal)				

CARDÁPIO ESPECIAL DIA DAS CRIANÇAS 11/10:
LANCHE TARDE: BOLO DE CENOURA COM COBERTURA DE CACAU E SUCO DE GOIABA

CONTATOS:
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132 99299-9802 (WHATSAPP)
FORNECEDOR: (81) 3019-3524
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 01 e 06

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA (313,80 Kcal)	BANANA E MELÃO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (329,70 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (348,43 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (338,40 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (351,92 Kcal)	332,19	54	12	8
SEMANA 02	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (330,46 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE MANGA (354,04 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA (328,74 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO (330,79 Kcal)	330,33	59	10	7
SEMANA 03	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (333,29 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (337,62 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU E MAÇÃ (343,66 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (330,79 Kcal)	299,54	44	12	5
SEMANA 04	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (325,69 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (330,46 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (348,43 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE GOIABA (354,04 Kcal)	FERIADO	322,89	54	12	7
SEMANA 05	31/10/2022					Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (333,29 Kcal)					333,93	66	7	6

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

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

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELANCIA (431,80 Kcal)	BANANA E MELÃO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (397,70 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (348,43 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA(412,79 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (433,35 Kcal)	422,36	70	16	10
SEMANA 02	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE TANGERINA (401,10 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE MANGA (415,42 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA (406,59 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO(398,88 Kcal)	392,88	68	13	9
SEMANA 03	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (443,12 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO, REFRESCO DE CAJU E MELANCIA(415,40 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES E TANGERINA (415,40 Kcal)	419,22	76	16	7
SEMANA 04	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (325,69 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (401,10 Kcal)	FEIJOADA PERNAMBUCANA COM ARROZ (475,38 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	FERIADO	419,79	68	17	10
SEMANA 05	31/10/2022					Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)					419,02	18	10	8

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



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

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 1	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022	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)	CREME DE FRANGO COM LEGUMES, ARROZ E REFRESCO DE MANGA (497,71 kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) , REFRESCO DE TANGERINA + BANANA (497,62Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	BROA + REFRESCO DE TANGERINA + MELÃO E BANANA (476,8 kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (500,55 Kcal)	478,84	74	19	13
SEMANA 2	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM REFRESCO DE TANGERINA (528,33 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MELÃO + MELANCIA (497,01 kcal)	FERIADO	BOLO SEM RECHEIO E REFRESCO DE GOIABA + BANANA + MAMÃO (477,01 kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU) E MELÃO (479,8 kcal)	460,64	81	19	8
SEMANA 3	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	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)	CARÁ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (CENOURA, BATATA) + REFRESCO DE CAJÚ (473,12 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	CURAU COM CANELA E MELANCIA (469,78 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO + MELÃO (555,46 kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (500,55 Kcal)	480,35	88	18	6
SEMANA 4	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022	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)	DOBRADINHA DE FRANGO COM ARROZ (488,52kcal)	BATATA DOCE + CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU)E REFRESCO DE MANGA (440,70 Kcal)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE LIMÃO + MELANCIA (490,48 Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO (484,47Kcal)	FERIADO	458,04	75	24	8
SEMANA 5	31/10/2022					Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE NOITE (19:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)					413,45	69	25	5

CONTATOS:

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

FORNECEDOR: (81) 3019-3524

CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR

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



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



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

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)				
SEM 01	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELANCIA (431,80 Kcal)	BANANA E MELÃO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (397,70 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (565,85 kcal)	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (415,40 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00H)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 677,88 KCal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, PURÊ DE ABÓBORA, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 KCal	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE CAJÚ - 525,02 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE ABÓBORA, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal		1448,8	247	60	25
LANCHE TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJU(412,79 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (348,43 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA					
SEM 02	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO (443,50 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE CAJU (415,42 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJÚ (415,42 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE ABACAXI (603,38 kcal)	GUISADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE MANGA 638,24 KCal		CARNE MOIDA, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA - 638,57 KCal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE ACEROLA - (620,58 Kcal)		1425,7	239	62	24
LANCHE TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MAÇÃ (398,88 Kcal)		MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (443,12 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO(398,88 Kcal)					
SEM 03	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (415,40 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE ABACAXI (415,42 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJÚ (415,42 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE MANGA (675,2 Kcal)		CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 KCal)	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA - 622,37 KCal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA - 642,58 KCal		1481,4	254	57	26
LANCHE TARDE (15:00H)	CARÁ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (CENOURA, BATATA) + REFRESCO DE GOIABA (473,12 Kcal)		MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (500,55 Kcal)					
SEM 04	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (325,69 KCal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (401,10 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA (406,59 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	FERIADO		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 KCal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, PURÊ DE ABÓBORA, FEIJÃO PRETO, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal	CARNE MOIDA, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E , REFRESCO DE CAJU - 567,26 KCal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA COZIDA , REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 KCal			1386,4	229	60	29
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (348,43 Kcal)	BATATA DOCE + CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU)E REFRESCO DE CAJU (440,70 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) , REFRESCO DE MANGA + BANANA (497,62Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO (484,47KCal)						
SEM 05	31/10/2022					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)						55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOIDA, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E , REFRESCO DE MANGA - 567,26 KCal						1449,3	254	49	20
LANCHE TARDE (15:00H)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA (490,48 Kcal)									

CONTATOS:
 GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- 3355-9101/3355-9132 99299-9802 (WHATSAPP)
 FORNECEDOR: (81) 3019-3524
 CONSELHO DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (CAE)- 3355-9151

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO : *Ensino Integral- Anos 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

OUTUBRO - 2022

SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEM 01	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ(09:00H)	MUNGUZÁ COM CANELA E MELANCIA (431,80 Kcal)	COOKIES, BANANA + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (397,70 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE ACEROLA + MAÇÃ (565,85 kcal)	BROA SEM RECHEIO, BANANA E REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA + MAÇÃ (415,40 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO(12:00H)	CREME DE FRANGO COM ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ, REFRESCO DE MANGA - 677,88 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, PURÊ DE ABÓBORA, FEIJÃO CARIOCA, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA COZIDA, REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA E REFRESCO DE CAJÚ - 525,02 Kcal	CARNE AO MOLHO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE ABÓBORA, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal	1590,4	266	70	28
LANCHE TARDE(15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)	PÃO + CARNE MOÍDA COM LEGUMES E REFRESCO DE CAJÚ(412,79 Kcal)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (348,43 Kcal)	MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
SEM 02	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO (443,50 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + MELANCIA + REFRESCO DE CAJÚ (415,42 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA (406,59 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJÚ (415,42 Kcal)	1538,5	267	67	24
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO ASSADO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, PURÊ DE ABÓBORA E REFRESCO DE ABACAXI (603,38 kcal)	GUIADO, ARROZ, FEIJÃO PRETO, FAROFA, SALADA CRUA, REFRESCO DE MANGA 638,24 Kcal		CARNE MOIDA, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA CRUA, REFRESCO DE ACEROLA - 638,57 Kcal	COZIDO DE CARNE COM LEGUMES, ARROZ, PIRÃO E REFRESCO DE ACEROLA - (620,58 Kcal)				
LANCHE TARDE (15:00H)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES E MAÇÃ (398,88 Kcal)		MACAXEIRA COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES (443,12 Kcal)	SOPA DE CARNE COM LEGUMES E MELÃO(398,88 Kcal)				
SEM 03	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (415,40 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE ABACAXI (415,42 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE CAJÚ (415,42 Kcal)		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO PRETO, ARROZ COLORIDO, SALADA CRUA, REFRESCO DE MANGA(675,2 Kcal)		CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 Kcal)	FÍGADO AO MOLHO COM LEGUMES, ARROZ, FEIJÃO MACASSAR, SALADA COZIDA, REFRESCO DE MANGA - 622,37 Kcal	PIRÃO DE FRANGO, FRANGO COZIDO COM LEGUMES, ARROZ, REFRESCO DE GOIABA - 642,58 Kcal	1511,1	271	60	24
LANCHE TARDE (15:00H)	CARÁ COM FRANGO AO MOLHO E LEGUMES (CENOURA, BATATA) + REFRESCO DE GOIABA (473,12 Kcal)		MUNGUZÁ COM CANELA E MAÇÃ (470,65 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE ACEROLA (401,10 Kcal)	SOPA DE FEIJÃO COM LEGUMES(CENOURA, BATATA E CHUCHU) E TANGERINA (500,55 Kcal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
SEM 04	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CURAU COM CANELA E MAÇÃ (325,69 Kcal)	SANDUÍCHE DE FRANGO COM LEGUMES E REFRESCO DE MANGA (401,10 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA (406,59 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE ACEROLA (415,42 Kcal)	FERIADO	1564,1	266	66	30
ALMOÇO (12:00 H)	CREME DE FRANGO, ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, BATATA SAUTÉ E REFRESCO DE ACEROLA (676,75 Kcal)	CARNE AO MOLHO, ARROZ, PURÊ DE ABÓBORA, FEIJÃO PRETO, REFRESCO DE ACEROLA - 603,38 Kcal	CARNE MOIDA, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E , REFRESCO DE CAJÚ - 567,26 Kcal	FRANGO AO MOLHO, FEIJÃO CARIOCA, ARROZ, SALADA COZIDA , REFRESCO DE ABACAXI - 580,64 Kcal					
LANCHE TARDE (15:00H)	CUSCUZ RECHEADO COM LEGUMES E REFRESCO DE GOIABA (348,43 Kcal)	BATATA DOCE + CARNE AO MOLHO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA E CHUCHU)E REFRESCO DE CAJÚ (440,70 Kcal)	PÃO COM CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) , REFRESCO DE MANGA + BANANA (497,62Kcal)	CUSCUZ COM LEITE E MELÃO (484,47Kcal)					
SEM 05	31/10/2022					Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
LANCHE MANHÃ (09:00H)	CUSCUZ COM LEITE E MELANCIA (422,22 Kcal)						55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
ALMOÇO (12:00 H)	CARNE MOIDA, ARROZ COM CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, SELETA DE LEGUMES E , REFRESCO DE MANGA - 567,26 Kcal					1543,3	290	53	15
LANCHE TARDE (15:00H)	SANDUICHE DE FRANGO COM LEGUMES (CENOURA, BATATA) E REFRESCO DE ABACAXI + MELANCIA (490,48 Kcal)								

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



PREFEITURA DO RECIFE
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
GERÊNCIA DE ALIMENTAÇÃO

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



UTEC FRIA

OUTUBRO - 2022

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	Composição nutricional (média semanal)			
SEMANA 01	03/10/2022	04/10/2022	05/10/2022	06/10/2022	07/10/2022	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 MELÃO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (329,70 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE TANGERINA (415,42 Kcal)	PÃO COM QUEIJO E REFRESCO DE MANGA + MAÇÃ (565,85 kcal)	BROA SEM RECHEIO, MAMÃO E REFRESCO DE TANGERINA (415,42 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE GOIABA + MELANCIA (415,40 Kcal)	418,48	85	6	7
SEMANA 02	10/10/2022	11/10/2022	12/10/2022	13/10/2022	14/10/2022	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 TANGERINA + MAÇÃ (565,85 kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAÇÃ + REFRESCO DE MANGA (354,04 Kcal)	FERIADO	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE GOIABA (328,74 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE MANGA (415,42 Kcal)	422,82	80	7	11
SEMANA 03	17/10/2022	18/10/2022	19/10/2022	20/10/2022	21/10/2022	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, MELANCIA E REFRESCO DE CAJÚ (328,74 Kcal)	CONSELHO PEDAGÓGICO	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (415,40 Kcal)	BANANA E MELÃO + BEBIDA LÁCTEA DE MORANGO (329,70 Kcal)	BROA SEM RECHEIO, MELÃO E REFRESCO DE GOIABA (415,42 Kcal)	413,16	78	10	7
SEMANA 04	24/10/2022	25/10/2022	26/10/2022	27/10/2022	28/10/2022	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 15% a 30% do VET
LANCHE MANHÃ (09:00H) TARDE (15:00H)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE MANGA (354,04 Kcal)	PÃO COM REQUEIJÃO E REFRESCO DE MANGA + MELANCIA (415,40 Kcal)	COOKIES SEM RECHEIO, MELANCIA E REFRESCO DE LIMÃO (406,59 Kcal)	BOLO SEM RECHEIO + MAMÃO + REFRESCO DE GOIABA (354,04 Kcal)	FERIADO	419,62	78	7	9
SEMANA 05	31/10/2022					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 E REFRESCO DE LIMÃO (415,42 Kcal)					415,42	77	5	2

CONTATOS:

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

*AF: AGRICULTURA FAMILIAR