

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PORTO DA FOLHA/SERGIPE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL MAIOR
ZONA URBANA e RURAL/ PERÍODO INTEGRAL
FAIXA ETÁRIA (11 a 15 ANOS)

1ª e 3ª SEMANA DO MÊS/ 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Lanche da manhã 10h	• Cuscuz temperado: farinha de milho, verduras, ovo cozido e carne bovina	• Sanduíche natural: pão, patê de frango, alface e tomate	• Inhame • Ovo temperado	• Iogurte de fruta • Biscoito maisena	• Bolinho de ovos • Bebida: suco de abacaxi (polpa)
Almoço 11h30min	• Arroz com couve • Feijão em caldo com batata • Pernil ao molho • Sobremesa: laranja	• Arroz de feijão • Carne bovina com legumes: batata inglesa e cenoura • Macarrão • Sobremesa: melancia	• Risoto de legumes com frango • Sobremesa: abacaxi	• Arroz com cenoura • Feijão fradinho refolgado • Bife bovino acebolado • Salada: couve, tomate e pepino • Sobremesa: tangerina	• Macarronada: molho de tomate e carne moída
Lanche da tarde 15h	• Salada de frutas: banana, maçã, melão e mamão	• Arroz doce	• Sopa de feijão: abóbora, macarrão e carne bovina	• Batata doce • Ovos mexidos	• Macaxeira • Frango acebolado • Fruta: melão
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 1630,18	CHO(g)	PTN(g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET
			238g	35g	53g
			59%	22%	28%
Luciana Dias Feitosa Nutricionista Responsável Técnica/ CRN5 – 13001		Maria Camylla Santos Costa Nutricionista Quadro Técnico/CRN5 – 16473		Marina Ellen Rezende Torres Nutricionista Quadro Técnico/CRN5 – 18953	

- Comunicar a nutricionista em caso de alunos com intolerância ou alergia alimentar ou qualquer outro problema de saúde que necessite de dieta ou preparação especial.
- O cardápio poderá ser alterado conforme disponibilidade de produtos, porém nada será servido se não estiver dentre as opções do mesmo;
- As características de **textura e consistência** das preparações estão descritas nas **Fichas Técnicas de Preparo**.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PORTO DA FOLHA/SERGIPE
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- FUNDAMENTAL MAIOR
ZONA URBANA e RURAL/ PERÍODO INTEGRAL
FAIXA ETÁRIA (11 a 15 ANOS)

2ª e 4ª SEMANA DO MÊS/ 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Lanche da manhã 10h	• Cuscuz de arroz com leite de coco • Ovos mexidos • Fruta: tangerina	• Inhame • Frango acebolado	• Salada de fruta: banana, maçã, mamão e melão	• Arroz doce	• Pão • Ovos mexidos • Bebida: suco de acerola (polpa)
Almoço 11h30min	• Macarronada: molho branco, frango desfiado • Bebida: suco de manga (polpa)	• Baião de dois • Purê de batata • Bife de panela • Salada: alface, tomate e pepino • Sobremesa: melancia	• Arroz • Feijão em caldo • Pernil cozido com legumes: cenoura, abóbora e batata inglesa • Bebida: suco de abacaxi (polpa)	• Arroz • Fricassê de frango	• Arroz • Feijoada sergipana: feijão, carne bovina, batata, cenoura, couve • Bebida: suco de acerola (polpa)
Lanche da tarde 15h	• Cachorro quente: pão, carne moída • Bebida: suco de abacaxi (polpa)	• Sopa de legumes: cenoura, macarrão e frango	• Macaxeira • Carne de sol • Fruta: melão	• Broa de milho • Fruta: tangerina	• Macaxeira • Frango acebolado • Fruta: melão
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO(g)	PTN(g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET
		1655,85	222g	62g	56g
			54%	15%	30%
Luciana Dias Feitosa Nutricionista Responsável Técnica/ CRN5 – 13001		Maria Camylla Santos Costa Nutricionista Quadro Técnico/CRN5 – 16473		Marina Ellen Rezende Torres Nutricionista Quadro Técnico/CRN5 – 18953	

- Comunicar a nutricionista em caso de alunos com intolerância ou alergia alimentar ou qualquer outro problema de saúde que necessite de dieta ou preparação especial.
- O cardápio poderá ser alterado conforme disponibilidade de produtos, porém nada será servido se não estiver dentre as opções do mesmo;
- As características de **textura e consistência** das preparações estão descritas nas **Fichas Técnicas de Preparo**.