



PREFEITURA MUNICIPAL DE IRACEMINHA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)

CARDÁPIO NÚCLEO ESCOLAR Ma OLINDA HERMANN - MARÇO 2024

Horários	Segunda-feira 11.03	Terça-feira 12.03	Quarta-feira 13.03	Quinta-feira 14.03	Sexta-feira 15.03
09:00	Leite com cacau Pão com nata Fruta	Torta de bolacha Fruta	Arroz branco Estrogonofe de frango Salada de legumes e folhas Fruta	Iogurte com granola Fruta	Arroz branco Mandioca cozida Carne suína Salada de legumes e folhas Fruta
11:30	Arroz branco Feijão preto Farofa de cenoura Carne de iscas ao molho Salada de legumes e folhas	Arroz branco Lentilha Coxa e sobrecoxa assada Salada de legumes e folhas	Macarrão Carne de frango ao molho Salada de legumes e folhas	Arroz branco Lasanha Salada de legumes e folhas	Arroz branco Feijão preto Carne de iscas ao molho com legumes Salada de legumes e folhas
15:15	Galinhada Pão torrado Fruta	Torta de pão Suco de fruta s/ açúcar Fruta	Sopa de agnoline Fruta	Polenta cremosa Carne bovina moída ao molho com legumes Salada de legumes e folhas Fruta	Sanduíche natural Suco de fruta s/ açúcar Fruta

O cardápio poderá sofrer alterações sem aviso prévio, sob supervisão da nutricionista RT;
O cardápio é adaptado para crianças com necessidades alimentares especiais.

Nutricionista RT: Larissa B. Becker / CRN 10/8092



PREFEITURA MUNICIPAL DE IRACEMINHA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)

CARDÁPIO NÚCLEO ESCOLAR Ma OLINDA HERMANN - MARÇO 2024

Horários	Segunda-feira 18.03	Terça-feira 19.03	Quarta-feira 20.03	Quinta-feira 21.03	Sexta-feira 22.03
09:00	Leite com cacau Pão com nata Fruta	Torta de bolacha Fruta	Arroz branco Estrogonofe de frango Salada de legumes e folhas Fruta	Iogurte com granola Fruta	Arroz branco Mandioca cozida Carne suína Salada de legumes e folhas Fruta
11:30	Arroz branco Feijão preto Carne de iscas ao molho Salada de legumes e folhas	Arroz branco Lentilha Coxa e sobrecoxa assada com legumes Salada de legumes e folhas	Macarrão Carne de frango ao molho Salada de legumes e folhas	Arroz branco Lasanha Salada de legumes e folhas	Arroz branco Feijão preto Carne bovina acebolada Salada de legumes e folhas
15:15	Galinhada Pão torrado Fruta	Torta de pão Suco de fruta s/ açúcar Fruta	Sopa de agnoline Fruta	Polenta cremosa Carne bovina moída ao molho com legumes Salada de legumes e folhas Fruta	Sanduíche natural Suco de fruta s/ açúcar Fruta

O cardápio poderá sofrer alterações sem aviso prévio, sob supervisão da nutricionista RT;
O cardápio é adaptado para crianças com necessidades alimentares especiais.

Nutricionista RT: Larissa B. Becker / CRN 10/8092



PREFEITURA MUNICIPAL DE IRACEMINHA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)

CARDÁPIO NÚCLEO ESCOLAR Ma OLINDA HERMANN - MARÇO 2024

Horários	Segunda-feira 25.03	Terça-feira 26.03	Quarta-feira 27.03	Quinta-feira 28.03	Sexta-feira 29.03
09:00	Leite com cacau Pão fatiado com requeijão Fruta	Polenta cremosa Carne bovina moída ao molho Salada de legumes e folhas Fruta	Vitamina de banana e mamão Biscoito caseiro Fruta	Iogurte com granola Frutas picadas (banana, maçã e laranja)	FERIADO
11:30	Arroz branco Feijão carioca Carne bovina ao molho com legumes Salada de legumes e folhas	Arroz branco Batata palito assada Estrogonofe de frango Salada de legumes e folhas	Arroz branco Feijão preto Bife bovino acebolado Legumes salteados na manteiga Salada de folhas	Arroz branco Lentilha Coxa e sobrecoxa assada Salada de legumes e folhas	FERIADO
15:15	Galinhada Salada de legumes e folhas + manga picada Fruta	Bolo de laranja Suco ou chá de fruta Fruta	Macarrão Filé de sassami ao molho Salada de legumes e folhas Fruta	Pão francês com molho de carne bovina moída Suco de uva integral Fruta	FERIADO

O cardápio poderá sofrer alterações sem aviso prévio, sob supervisão da nutricionista RT;
O cardápio é adaptado para crianças com necessidades alimentares especiais.

Nutricionista RT: Larissa B. Becker / CRN 10/8092



PREFEITURA MUNICIPAL DE IRACEMINHA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR (PNAE)

LIVRO DE RECEITAS

Legumes salteados na manteiga:

Ingredientes:

- 1 xícara de cenouras picadas e cozidas;
- 1 xícara de batatas picadas e cozidas;
- 1 xícara de brócolis em pedaços cozido;
- 2 tomates médios em fatias médias;
- 1 cebola média em fatias largas;
- 1 1/2 de manteiga;
- Tempero verde;
- 1 colher de chá de sal.

Modo de preparo:

Em fogo baixo, aquecer a manteiga em uma frigideira ou panela antiaderente grande. Juntar a cenoura, batata e brócolis, misturando sempre. Acrescentar o tomate e a cebola e misturar. Adicione o sal. Quando os tomates e a cebola estiverem moles, retirar do fogo e acrescentar o tempero verde.