



Refeição/Dia	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
04 a 08 de maio	Molho de carne moída Macarrão Saladas	Bolo de banana com aveia, com calda Fruta Cafê com leite	Lombo de porco, refogado Arroz Feijão Saladas	Pão com geleia de frutas Fruta Cafê com leite	Galinhada Saladas
11 a 15 de maio	Feriadão	Feriado <i>Dia do Município</i>	Lombo de porco, refogado Mandioca Lentilha Saladas	Pão com requeijão Fruta Leite caramelado	Molho de frango Macarrão Saladas
18 a 22 de maio	Carreteiro Saladas	Bolo de chocolate 50%, com calda Fruta Cafê com leite	Lombo de porco, refogado Arroz Feijão Saladas	Pão com carne moída Fruta Suco natural (polpa)	Galinhada Saladas
25 a 29 de maio	Carne moída Macarrão ao alho e óleo Saladas	Cueca virada assada Fruta Chocolate quente 50% cacau	Lombo de porco, refogado Batata doce Lentilha Saladas	Pão com geleia de frutas Fruta Cafê com leite	Molho de frango Polenta Saladas

Receita bolo de banana com aveia: *Ingredientes* (20 pedaços): 250g aveia, 1 colher (sopa) de fermento, 4 ovos, ½ xícara de óleo, 4 bananas, 1 ½ xícara de açúcar. Opcional: 1 colher (chá) de canela. *Modo de preparo:* bata no liquidificador os ovos, o óleo, as bananas e o açúcar. Despeje esta mistura na aveia com o fermento e a canela. Leve para assar em forma untada, em forno médio, pré-aquecido, por cerca de 40 minutos, ou até dourar.

Receita chocolate quente 50% cacau: *Ingredientes* (4 a 5 xícaras): 1 litro de leite, 3 colheres (sopa) de chocolate em pó 50% cacau, 3 colheres (sopa) de açúcar, 1 colher (sopa) de amido de milho (ajuste, se necessário), 1 pitada de sal (realça o sabor), 1/2 colher (chá) de canela (opcional). *Modo de preparo:* em uma panela, dissolva o amido de milho em um pouco do leite (frio, para não empelotar) Adicione o restante do leite, o chocolate 50% e o açúcar. Leve ao fogo médio, mexendo sempre. Quando começar a engrossar, abaixe o fogo e continue mexendo por mais 2–3 minutos. Finalize com a pitada de sal e a canela.

Os cálculos nutricionais referentes ao presente cardápio foram devidamente realizados, considerando as recomendações do PNAE para a faixa etária. Os valores detalhados de energia, macronutrientes e micronutrientes não estão expostos neste documento, porém encontram-se disponíveis para consulta. Cabe ao nutricionista RT a definição do horário e do alimento adequado a cada tipo de refeição.

Fátima Persch, Nutricionista CRN2/14159 - Responsável Técnica
Mirela Drumm, Nutricionista CRN2/18337 - Quadro Técnico