



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO PARCIAL
EJA

Novembro 2025

36ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	03/11	04/11	05/11	06/11	07/11
TURNO NOITE Jantar 20h30 Kcal: 485,11 Ptn: 34,21 g Lip: 10,86 g Cho: 62,75 g	Arroz parboilizado Lentilha Batata doce assada Farofa ovo Repolho verde ralado Suco de laranja e mamão	Espaguete ao alho e óleo Peito de frango desfiado com molho vermelho Feijão preto Chuchu cozido Maçã	Arroz com galinha (coxa e sobrecoxa + mix de arroz da Mário* - parbo e integral) Feijão preto Beterraba cozida Mamão	Carreteiro (cubos bovino) Feijão preto Couve chinesa Banana	Arroz parboilizado Estrogonofe de frango (Peito) Feijão preto Alface e tomate Laranja

37ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	10/11	11/11	12/11	13/11	14/11
TURNO NOITE Jantar 20h30 Kcal: 570,11 Ptn: 32,59 g Lip: 13,90 g Cho: 79,42 g	Arroz parboilizado Feijão preto Moranga caramelada da Ana Bauer* Omelete de forno Repolho ralado Suco de maracujá (polpa)	Massa parafuso mix (normal, tricolor e integral) com molho de carne moída (bovina) Feijão preto Chuchu cozido Maçã	Arroz parboilizado Feijão preto Carne de panela com aipim (cubos suínos) Rúcula e cenoura Melão	Galinhada (peito de frango) Feijão preto Mix de folhas (alface, espinafre e rúcula) Banana	Arroz parboilizado Feijão carioca Peixe assado com batata Pepino e couve flor Maçã

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTAS QTs Jaqueline Menti Boff / Lisângela Aparecida de Vargas
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOÁ/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO PARCIAL
EJA

Novembro 2025

38ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	17/11	18/11	19/11	20/11	21/11
TURNO NOITE Jantar 20h30 Kcal: 637,18 Ptn: 34,36 g Lip: 12,50 g Cho: 99,23 g	Risoto de vegetais (cenoura, vagem, brócolis) Lentilha Aipim cozido Omelete de forno Beterraba ralada Suco de limão	Polenta cremosa Feijão preto Carne de panela (cubos bovino) Repolho verde ralado Maçã	Arroz parboilizado Feijão preto Panqueca de frango (moída frango) Beterraba e cenoura raladas Laranja	-	Massa parafuso mix (normal, tricolor e integral) com molho de atum Lentilha Alface e tomate Banana

39ª semana	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	24/11	25/11	26/11	27/11	28/11
TURNO NOITE Jantar 20h30 Kcal: 570,06 Ptn: 35,16 g Lip: 12,46 g Cho: 80,36 g	Arroz parboilizado Feijão preto Salada de batata, ovo picado, chuchu e cenoura cozida Suco de laranja	Espaguete ao alho e óleo Feijão preto Almôndega (moída de frango) com molho vermelho Beterraba ralada Abacaxi	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Tomate e cebola Banana	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Repolho verde ralado Laranja	Polenta cremosa Feijão carioca Picadinho suíno (cubos) com abobrinha, vagem e cenoura Maçã

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE).
Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz / NUTRICIONISTAS QTs Jaqueline Menti Boff / Lisângela Aparecida de Vargas
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085

RECEITAS DO MÊS

<https://youtube.com/@setordenutricaoosmecapaodac9437>

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

Para estudantes com necessidade de alimentação especial, o Setor de Nutrição deve ser informado via 1doc com o laudo da doença (diabetes, hipertensão, intolerância à lactose, alergia ao leite, etc) e demais informações necessárias para formular as adaptações no cardápio após combinações com a família/responsável do estudante. Além disso, temos o material “Necessidades Alimentares Especiais - caderno de referência para escolas municipais de Capão da Canoa”, um guia para que a comunidade escolar conheça e entenda sobre o assunto.