



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

**CARDÁPIO MARA BASSANI**  
**FAIXA ETÁRIA >4 ANOS**

Maio 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		04/05	05/05	06/05	07/05	08/05
<b>TURNO MANHÃ</b>  Kcal: 1014,99 Ptn: 47,6g Lip: 28,89g Cho: 144,36g	<b>CAFÉ MANHÃ</b> 7h30 - 8h20	Bolacha salgada integral Café com leite Banana	Pão caseiro com omelete/ovo mexido Leite com cacau Mamão	Pão caseiro com margarina Leite com cacau Maçã	Panqueca de banana Suco (Suvalan) Melão	Pão caseiro com queijo Café com leite Banana
	<b>ALMOÇO</b> 11h	Arroz parboilizado Lentilha Aipim cozido com farofa Omelete de forno Repolho verde Suco de melão	Arroz parboilizado Feijão preto Escalope de frango (peito) com molho vermelho Alface e cenoura cozida	Polenta Feijão preto Carne de panela (cubos bovino) Beterraba cozida	Mix de parafuso (tricolor + integral) com molho de carne (moída bovina) Feijão preto Repolho verde e cenoura ralados	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Purê de aipim Alface e tomate
<b>TURNO TARDE</b>  Kcal: 1014,99 Ptn: 47,6g Lip: 28,89g Cho: 144,36g	<b>LANCHE</b> 14h30	Bolacha salgada integral Café com leite Banana	Pão caseiro com omelete/ovo mexido Leite com cacau Mamão	Pão caseiro com margarina Leite com cacau Maçã	Panqueca de banana Suco (Suvalan) Melão	Pão caseiro com queijo Café com leite Banana
	<b>JANTAR</b> 14h30	Arroz parboilizado Lentilha Aipim cozido com farofa Omelete de forno Repolho verde Suco de melão	Arroz parboilizado Feijão preto Escalope de frango (peito) com molho vermelho Alface e cenoura cozida	Polenta Feijão preto Carne de panela (cubos bovino) Beterraba cozida	Mix de parafuso (tricolor + integral) com molho de carne (moída bovina) Feijão preto Repolho verde e cenoura ralados	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Purê de aipim Alface e tomate

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

CARDÁPIO MARA BASSANI  
FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Maio 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		11/05	12/05	13/05	14/05	15/05
<b>TURNO MANHÃ</b>  Kcal: 896,88 Ptn: 47,86g Lip: 26,84g Cho: 119,71g	<b>CAFÉ MANHÃ</b> 7h30 - 8h20	Cereal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, canela, etc) Banana	Bolo da Marieta* Batida de frutas (mamão e banana) Maçã	Pão 50% integral com omelete/ovo mexido Café com leite Banana	Pão caseiro com geleia de banana e/ou mel Leite com cacau Mamão	Pão batido com pastinha de atum Café com leite Manga
	<b>ALMOÇO</b> 11h	Arroz parboilizado Feijão carioca Ovo cozido Moranga caramelada da Ana Bauer* Repolho verde ralado Suco de limão	Espaguete à bolonhesa (moída bovina) Feijão preto Brócolis e cenoura cozida	Arroz parboilizado Feijão preto Almôndega de frango (moída) Brócolis e tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Picadinho suíno com moranga Pepino e tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Estrogonofe de frango (peito) Repolho verde e cenoura ralados
<b>TURNO TARDE</b>  Kcal: 896,88 Ptn: 47,86g Lip: 26,84g Cho: 119,71g	<b>LANCHE</b> 14h30	Cereal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, canela, etc) Banana	Bolo da Marieta* Batida de frutas (mamão e banana) Maçã	Pão 50% integral com omelete/ovo mexido Café com leite Banana	Pão caseiro com geleia de banana e/ou mel Leite com cacau Mamão	Pão batido com pastinha de atum Café com leite Manga
	<b>JANTAR</b> 14h30	Arroz parboilizado Feijão carioca Ovo cozido Moranga caramelada da Ana Bauer* Repolho verde ralado Suco de limão	Espaguete à bolonhesa (moída bovina) Feijão preto Brócolis e cenoura cozida	Arroz parboilizado Feijão preto Almôndega de frango (moída) Brócolis e tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Picadinho suíno com moranga Pepino e tomate	Arroz parboilizado Feijão preto Estrogonofe de frango (peito) Repolho verde e cenoura ralados

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

CARDÁPIO MARA BASSANI  
FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Maio 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		18/05	19/05	20/05	21/05	22/05
<b>TURNO MANHÃ</b>	<b>CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20</b>	Bolacha caseira de polvilho Café com leite Banana	Pão caseiro com queijo Café com leite Maçã	Bolo de fubá Suco de uva Banana	Pão caseiro com margarina Batida de fruta (banana, maçã e mamão) Laranja	Pão caseiro com geleia de banana e/ou mel Leite com cacau Mamão
	<b>ALMOÇO 11h</b>	Arroz parboilizado Lentilha Batata rústica Salada de chuchu, temperinho e ovo Suco de laranja com mamão	Arroz parboilizado Feijão preto Panqueca (moída de frango) Beterraba cozida	Polenta Feijão preto Cubos de frango (peito) com legumes (cenoura + vagem + brócolis)	Arroz parboilizado Feijão vermelho Carne de panela (cubos bovino) com batata Repolho verde e cenoura ralados	Mix de parafuso (tricolor + integral) com molho de carne (moída bovina) Feijão preto Chuchu e cenoura cozida
<b>TURNO TARDE</b>	<b>LANCHE 14h30</b>	Bolacha caseira de polvilho Café com leite Banana	Pão caseiro com queijo Café com leite Maçã	Bolo de fubá Suco de uva Banana	Pão caseiro com margarina Batida de fruta (banana, maçã e mamão) Laranja	Pão caseiro com geleia de banana e/ou mel Leite com cacau Mamão
	<b>JANTAR 14h30</b>	Arroz parboilizado Lentilha Batata rústica Salada de chuchu, temperinho e ovo Suco de laranja com mamão	Arroz parboilizado Feijão preto Panqueca (moída de frango) Beterraba cozida	Polenta Feijão preto Cubos de frango (peito) com legumes (cenoura + vagem + brócolis)	Arroz parboilizado Feijão vermelho Carne de panela (cubos bovino) com batata Repolho verde e cenoura ralados	Mix de parafuso (tricolor + integral) com molho de carne (moída bovina) Feijão preto Chuchu e cenoura cozida

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

CARDÁPIO MARA BASSANI  
FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

Maio 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		25/05	26/05	27/05	28/05	29/05
<b>TURNO MANHÃ</b>  Kcal: 939,84 Ptn: 46,26g Lip: 27,05g Cho: 130,20g	<b>CAFÉ MANHÃ</b> 7h30 - 8h20	Cereal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, canela, etc) Banana	Pão caseiro com pastinha de atum Suco (Suvalan) Maçã	Pão caseiro com geleia de banana e/ou mel Batida de abacate	Pão caseiro com omelete/ovo mexido Leite com cacau Banana	Bolo de cacau com mel Cappuccino da Magnante* Mamão
	<b>ALMOÇO</b> 11h	Arroz parboilizado Feijão carioca Batata doce assada Ovo cozido Repolho e cenoura ralados Suco de maracujá	Carreteiro (cubos suíno) Feijão preto Couve manteiga refogada	Arroz mix da Mário* (parboilizado + integral) Feijão preto Guisadinho (moída bovina) Salada de cenoura e beterraba raladas	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Batata doce assada Beterraba cozida	Espaguete com cubinhos de frango (peito) + molho branco e legumes (brócolis, cenoura e espinafre) Feijão preto
<b>TURNO TARDE</b>  Kcal: 939,84 Ptn: 46,26g Lip: 27,05g Cho: 130,20g	<b>LANCHE</b> 14h30	Cereal com leite (opcional: açúcar mascavo ou mel, canela, etc) Banana	Pão caseiro com pastinha de atum Suco (Suvalan) Maçã	Pão caseiro com geleia de banana e/ou mel Batida de abacate	Pão caseiro com omelete/ovo mexido Leite com cacau Banana	Bolo de cacau com mel Cappuccino da Magnante* Mamão
	<b>JANTAR</b> 14h30	Arroz parboilizado Feijão carioca Batata doce assada Ovo cozido Repolho e cenoura ralados Suco de maracujá	Carreteiro (cubos suíno) Feijão preto Couve manteiga refogada	Arroz mix da Mário* (parboilizado + integral) Feijão preto Guisadinho (moída bovina) Salada de cenoura e beterraba raladas	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Batata doce assada Beterraba cozida	Espaguete com cubinhos de frango (peito) + molho branco e legumes (brócolis, cenoura e espinafre) Feijão preto

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.