

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DO MUNICÍPIO DE SÃO DOMINGOS DO NORTE-ES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO PRÉ-ESCOLA E ENSINO FUNDAMENTAL
ZONA URBANA E RURAL
PERÍODO PARCIAL E INTEGRAL

MARÇO/2026

	2ª FEIRA 02/03	3ª FEIRA 03/03	4ª FEIRA 04/03	5ª FEIRA 05/03	6ª FEIRA 06/03
LANCHE DA MANHÃ	Leite com cacau em pó / Biscoito	Leite queimado / bolo simples	Leite puro / Biscoito	Leite com cacau em pó / Pão caseiro	Suco natural / Bolo de fubá
ALMOÇO	Arroz / Feijão carioca / Músculo bovino com batata / Macarrão	Arroz / Feijão carioca / Isca de frango acebolada / Polenta / Salada	Arroz / Feijão carioca / Canjiquinha com carne moída / Salada	Arroz / Feijão carioca / Coxinha assada / Macarrão / Salada	Arroz / Feijão carioca / Farofa de cenoura / Salada
	09/03	10/03	11/03	12/03	13/03
LANCHE DA MANHÃ	Leite puro / Biscoito	Leite com cacau em pó/ Pão caseiro	Leite queimado / Bolo simples	Suco natural / Biscoito	Leite com cacau em pó / Pão caseiro
ALMOÇO	Arroz / Feijão carioca / Polenta com carne moída / Salada	Arroz / Feijão carioca / Coxa e sobrecoxa / Macarrão / Salada	Arroz / Feijão carioca / Carne de panela / Canjiquinha / Salada	Arroz / Feijão carioca / Isca de frango / Polenta / Salada	Arroz / Feijão tropeiro / Salada
	16/03	17/03	18/03	19/03	20/03
LANCHE DA MANHÃ	Leite com cacau em pó / Biscoito	Leite queimado / bolo simples	Leite puro / Biscoito	Leite com cacau em pó / Pão caseiro	Suco natural / Bolo de fubá
ALMOÇO	Arroz / Feijão carioca / Músculo bovino / Macarrão	Arroz / Feijão carioca / Isca de frango acebolada / Polenta / Salada	Arroz / Feijão carioca / Canjiquinha com carne moída / Salada	Arroz / Feijão carioca / Coxinha assada / Macarrão / Salada	Arroz / Feijão carioca / Farofa de cenoura / Salada
	23/03	24/03	25/03	26/03	27/03
LANCHE DA MANHÃ	Leite puro / Biscoito	Leite com cacau em pó/ Pão caseiro	Leite queimado / Bolo simples	Suco natural / Biscoito	Leite com cacau em pó / Pão caseiro
ALMOÇO	Arroz / Feijão carioca / Polenta com carne moída / Salada	Arroz / Feijão carioca / Coxa e sobrecoxa / Macarrão / Salada	Arroz / Feijão carioca / Carne de panela com batata/ Polenta / Salada	Arroz / Feijão carioca / Isca de frango / Canjiquinha / Salada	Arroz / Feijão tropeiro / Salada

➤ **As verduras deverão ser feitas de acordo com a disponibilidade do dia.**

➤ **Deverá ser usado o mínimo de açúcar, sal e óleo nas preparações.**