CARDÁPIO TURNO PARCIAL: EMEF OLÁVIO
PRÉS E FUNDAMENTAL: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CAPÃO DA CANOA

Novembro 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		02/11	03/11	04/11	05/11	06/11
TURNO MANHÃ Kcal: Ptn: Lip: Cho:	**LANCHE MANHÃ 9h30**	**Feriado**	Bolacha caseira polvilho Café com leite Banana	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Alface crespa Laranja	Polenta cremosa Feijão preto Filé de peito de frango Repolho-verde ralado Maçã	Pão caseiro com com geleia/mel (oferecer as duas opções para o estudante escolher Café com leite Banana
TURNO TARDE Kcal: Ptn: Lip: Cho:	**LANCHE TARDE 14h30**		Bolacha caseira polvilho Café com leite Banana	Carreteiro (cubos suínos) Feijão preto Alface crespa Laranja	Polenta cremosa Feijão preto Filé de peito de frango Repolho-verde ralado Maçã	Pão caseiro com com geleia/mel (oferecer as duas opções para o estudante escolher Café com leite Banana

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz CRN2 12870 / NUTRICIONISTA QT Lisângela Aparecida de Vargas CRN2 4838
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085
Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 FNDE. Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

CARDÁPIO TURNO PARCIAL: EMEF OLÁVIO
PRÉS E FUNDAMENTAL: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CAPÃO DA CANOA

Novembro 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		09/11	10/11	11/11	12/11	13/11
TURNO MANHÃ Kcal: Ptn: Lip: Cho:	**LANCHE MANHÃ 9h30**	Cereal com leite (adicionais: açúcar, açúcar mascavo, mel, canela, etc) Banana	Mix de parafuso (normal + tricolor + integral) Feijão preto Moída de frango com milho Alface roxa Laranja	Bolo de fubá Café com leite Banana	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Rúcula Melão	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Repolho-verde ralado Banana
TURNO TARDE Kcal: Ptn: Lip: Cho:	**LANCHE TARDE 14h30**	Cereal com leite (adicionais: açúcar, açúcar mascavo, mel, canela, etc) Banana	Mix de parafuso (normal + tricolor + integral) Feijão preto Moída de frango com milho Alface roxa Laranja	Bolo de fubá Café com leite Banana	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Rúcula Melão	Carreteiro (cubos bovinos) Feijão preto Repolho-verde ralado Banana

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz CRN2 12870 / NUTRICIONISTA QT Lisângela Aparecida de Vargas CRN2 4838
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085
Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 FNDE. Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

CARDÁPIO TURNO PARCIAL: EMEF OLÁVIO
PRÉS E FUNDAMENTAL: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CAPÃO DA CANOA

Novembro 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		16/11	17/11	18/11	19/11	20/11
TURNO MANHÃ Kcal: Ptn: Lip: Cho:	**LANCHE MANHÃ 9h30**	Bolacha caseira polvilho Café com leite Banana	Polenta com peito de frango desfiado Feijão preto Pepino japonês Maçã	Pizza com peito de frango desfiado Suco de uva Laranja	Arroz da Mário (mix parboilizado + integral) Feijão carioca Carne de panela (cubos bovino) Repolho verde ralado	**Feriado**
TURNO TARDE Kcal: Ptn: Lip: Cho:	**LANCHE TARDE 14h30**	Bolacha caseira polvilho Café com leite Banana	Polenta com peito de frango desfiado Feijão preto Pepino japonês Maçã	Pizza com peito de frango desfiado Suco de uva Laranja	Arroz da Mário (mix parboilizado + integral) Feijão carioca Carne de panela (cubos bovino) Repolho verde ralado	

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz CRN2 12870 / NUTRICIONISTA QT Lisângela Aparecida de Vargas CRN2 4838
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085
Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 FNDE. Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

CARDÁPIO TURNO PARCIAL: EMEF OLÁVIO
PRÉS E FUNDAMENTAL: FAIXA ETÁRIA >4 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CAPÃO DA CANOA

Novembro 2026		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		23/11	24/11	25/11	26/11	27/11
TURNO MANHÃ Kcal: Ptn: Lip: Cho:	**LANCHE MANHÃ 9h30**	Cereal com leite (adicionais: açúcar, açúcar mascavo, mel, canela, etc) Banana	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão carioca Alface roxa	Pão caseiro com margarina e queijo Café com leite Laranja	Arroz parboilizado Feijoada (com cubos suínos) Alface roxa	Arroz da Mário (mix parboilizado + integral) Feijão preto Peito de frango desfiado Beterraba ralada
TURNO TARDE Kcal: Ptn: Lip: Cho:	**LANCHE TARDE 14h30**	Cereal com leite (adicionais: açúcar, açúcar mascavo, mel, canela, etc) Banana	Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão carioca Alface roxa	Pão caseiro com margarina e queijo Café com leite Laranja	Arroz parboilizado Feijoada (com cubos suínos) Alface roxa	Arroz da Mário (mix parboilizado + integral) Feijão preto Peito de frango desfiado Beterraba ralada

NUTRICIONISTA RT Sâmira Bublitz CRN2 12870 / NUTRICIONISTA QT Lisângela Aparecida de Vargas CRN2 4838
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085
Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 FNDE. Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA
SECRETARIA DE EDUCAÇÃO
CAPÃO DA CANOA

RECEITAS DO MÊS

https://youtube.com/@setordenutricaosmecapaodac9437

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.