SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

Número da escola (ex.: 76490) - Nome da Escola (ex.: EEB CASTRO ALVES) - Zona da escola (urbana ou rural)

CARDÁPIO – PARCIAL			**DIABETES**		**NOVEMBRO/2026**
TURNOS	Segunda – feira **02/11/2026**	Terça – feira **03/11/2026**	Quarta – feira **04/11/2026**	Quinta – feira **05/11/2026**	Sexta – feira **06/11/2026**
Matutino **Vespertino** Semana 1	FERIADO	LL25.196D Iogurte natural batido com morango e aveia, biscoito caseiro diet integral sem gordura trans e uma laranja	R26.418D Carne suína em cubos refogada com molho de tomate (feito na escola), polenta, arroz integral, feijão, salada de cenoura cozida e uma maçã	R25.878D Frango em iscas refogado, arroz integral, feijão, chuchu refogado com tempero verde, salada de brócolis e couve-flor e uma fatia de mamão	R26.388D Macarronada de carne moída (macarrão espaguete integral com carne moída com molho de tomate (feito na escola), salada de alface, salada de abobrinha e uma fatia de abacaxi
Noturno Semana 1	FERIADO	R26.474 Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com batata e molho de tomate (feito na escola), arroz, feijão, salada de repolho e uma laranja	R26.418D Carne suína em cubos refogada com molho de tomate (feito na escola), polenta, arroz integral, feijão, salada de cenoura cozida e uma maçã	R25.878D Frango em iscas refogado, arroz integral, feijão, chuchu refogado com tempero verde, salada de brócolis e couve-flor e uma fatia de mamão	R26.388D Macarronada de carne moída (macarrão espaguete integral com carne moída com molho de tomate (feito na escola), salada de alface, salada de abobrinha e uma fatia de abacaxi

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
Número da escola (ex.: 76490) - Nome da Escola (ex.: EEB CASTRO ALVES) - Zona da escola (urbana ou rural)

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

CARDÁPIO – PARCIAL			**DIABETES**		**NOVEMBRO/2026**
TURNOS	Segunda – feira **09/11/2026**	Terça – feira **10/11/2026**	Quarta – feira **11/11/2026**	Quinta – feira **12/11/2026**	Sexta – feira **13/11/2026**
Matutino Vespertino Semana 2	R26.459 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura ralada e molho de tomate (feito na escola)), abobrinha refogada, salada de alface e uma laranja	LL24.83D Salada de frutas (mamão, banana e laranja), aveia*, iogurte natural e biscoito caseiro diet integral sem gordura trans. *servir separadamente	R25.432D Frango em cubos acebolado, arroz integral, feijão, legumes refogado (cenoura e vagem), salada de repolho roxo e uma maçã	LL26.86D Pão de hambúrguer integral sem açúcar com hambúrguer de carne moída, alface, queijo muçarela, tomate, suco de uva integral sem adição de açúcar diluído e uma banana	R26.383D Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola) e abóbora, arroz integral, feijão, salada de agrião e uma fatia de melancia
Noturno Semana 2	R26.459 Risoto de frango (arroz integral com peito de frango desfiado, cenoura ralada e molho de tomate (feito na escola)), abobrinha refogada, salada de alface e uma laranja	R26.341D Estrogonofe de carne bovina em iscas com molho branco (feito na escola), arroz integral, batata inglesa rústica, salada de beterraba ralada e uma fatia de melão	R25.432D Frango em cubos acebolado, arroz integral, feijão, legumes refogado (cenoura e vagem), salada de repolho roxo e uma maçã	LL26.86D Pão de hambúrguer integral sem açúcar com hambúrguer de carne moída, alface, queijo muçarela, tomate, suco de uva integral sem adição de açúcar diluído e uma banana	R26.383D Frango ensopado (coxa e sobrecoxa sem osso) com molho de tomate (feito na escola) e abóbora, arroz integral, feijão, salada de agrião e uma fatia de melancia

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

Número da escola (ex.: 76490) - Nome da Escola (ex.: EEB CASTRO ALVES) - Zona da escola (urbana ou rural)

CARDÁPIO – PARCIAL			**DIABETES**		**NOVEMBRO/2026**
TURNOS	Segunda – feira **16/11/2026**	Terça – feira **17/11/2026**	Quarta – feira **18/11/2026**	Quinta – feira **19/11/2026**	Sexta – feira **20/11/2026**
Matutino **Vespertino** Semana 3	R26.411D Polenta com molho de frango (frango desfiado e molho de tomate (feito na escola)), arroz integral, feijão, salada de pepino e uma maçã	LL26.322D Cuca de doce de banana com aveia e canela (sem açúcar*), suco de laranja sem adição de açúcar diluído e uma fatia de abacaxi *caso seja necessário adoçar, utilizar adoçante 100% stevia	R26.422D Frango em iscas acebolado, arroz integral, feijão, farofa de couve, salada de agrião e uma ameixa	R26.156 Arroz colorido com carne (arroz integral, carne bovina moída, vagem e milho verde congelado), feijão, salada de beterraba ralada e uma fatia de mamão	FERIADO
Noturno Semana 3	R26.411D Polenta com molho de frango (frango desfiado e molho de tomate (feito na escola)), arroz integral, feijão, salada de pepino e uma maçã	R26.314D Filé de Tilápia refogado com batata, tomate e cebola, arroz integral, feijão, salada de repolho com cenoura ralada e uma fatia de abacaxi	R26.422D Frango em iscas acebolado, arroz integral, feijão, farofa de couve, salada de agrião e uma ameixa	R26.156 Arroz colorido com carne (arroz integral, carne bovina moída, vagem e milho verde congelado), feijão, salada de beterraba ralada e uma fatia de mamão	FERIADO

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

Número da escola (ex.: 76490) - Nome da Escola (ex.: EEB CASTRO ALVES) - Zona da escola (urbana ou rural)

CARDÁPIO – PARCIAL		**DIABETES**			**NOVEMBRO/2026**
TURNOS	Segunda – feira **23/11/2026**	Terça – feira **24/11/2026**	Quarta – feira **25/11/2026**	Quinta – feira **26/11/2026**	Sexta – feira **27/11/2026**
Matutino Vespertino Semana 4	R26.377D Macarronada de carne suína (macarrão espaguete integral com molho de tomate (feito na escola)), carne suína em cubos acebolada, salada de repolho picado, salada de cenoura cozida e uma fatia de abacaxi	R23.42D Frango assado (coxa e sobrecoxa), arroz integral, feijão, creme de milho, salada de abóbora com tempero verde e maçã	LL25.467D Pão integral sem açúcar com carne moída ensopada com molho de tomate (feito na escola), alface, tomate, suco de uva integral sem adição de açúcar e um pêssego	R25.579D Omelete de espinafre com queijo e orégano (Fortaia), arroz integral, feijão, salada de chuchu com tempero verde e uma laranja	R26.518D Carne de panela com batata (carne bovina em cubos, tomate, cebola e batata doce), arroz integral, feijão, salada de rúcula e uma banana
Noturno Semana 4	R26.377D Macarronada de carne suína (macarrão espaguete integral com molho de tomate (feito na escola)), carne suína em cubos acebolada, salada de repolho picado, salada de cenoura cozida e uma fatia de abacaxi	R23.42D Frango assado (coxa e sobrecoxa), arroz integral, feijão, creme de milho, salada de abóbora com tempero verde e maçã	R26.901D Carne bovina moída refogada com tomate e brócolis, arroz integral, feijão, purê de batata, salada de alface e um pêssego	R25.579D Omelete de espinafre com queijo e orégano (Fortaia), arroz integral, feijão, salada de chuchu com tempero verde e uma laranja	R25.79D Carne de panela com batata (carne bovina em cubos, tomate, cebola e batata doce), arroz integral, feijão, salada de rúcula e uma fatia de melancia

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)

Número da escola (ex.: 76490) - Nome da Escola (ex.: EEB CASTRO ALVES) - Zona da escola (urbana ou rural)

CARDÁPIO – PARCIAL			**DIABETES**		**NOVEMBRO/2026**
TURNOS	Segunda – feira **30/11/2026**				
Matutino **Vespertino** Semana 5	R25.56 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola), cenoura refogada, salada de repolho e uma maçã				
Noturno Semana 5	R25.56 Carreteiro (arroz integral, carne bovina em iscas, tomate e cebola), cenoura refogada, salada de repolho e uma maçã				

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO DE SANTA CATARINA
DIRETORIA DE ADMINISTRAÇÃO
GERÊNCIA DE ADMINISTRAÇÃO ESCOLAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
Número da escola (ex.: 76490) - Nome da Escola (ex.: EEB CASTRO ALVES) - Zona da escola (urbana ou rural)

Ana Paula F. da Silva - CRN10 1015 (QT)

Marina Bastos Paim - CRN10 10257 (RT)



RECOMENDAÇÕES DIETÉTICAS PARA DIABETES:

- Devem ser excluídos todos os alimentos e/ou preparações que contenham açúcar;
- Atentar-se ao rótulo dos alimentos para saber sua composição. A origem dos alimentos industrializados deve ser confiável, possuir certificações e a embalagem deve apresentar a informação “diet” ou "zero açúcar” ou “light” (30% menos açúcares);
- Substituir os pães, biscoitos e bolos pela versão integral que não tenha adição de açúcar;
- Incluir aveia ou farinha de trigo integral nas preparações elaboradas na unidade, como nos bolos e tortas salgadas;
- Servir o suco de frutas integral diluído em água mineral ou filtrada na proporção de 1:1 (1 parte de água para 1 parte de suco).