

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (0 – 1 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

Agosto de 2023

Primeira semana	2ª FEIRA (11/07)	3ª FEIRA (01/08)	4ª FEIRA (02/08)	5ª FEIRA (03/08)	6ª FEIRA (04/08)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Sobrecoca de frango em molho <u>Salada:</u> Tomate e beterraba cozida	Risoto integral de sobrecoca <u>Salada:</u> brócolis cozido	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína moída refogada <u>Salada:</u> cenoura cozida	Sopa de feijão com carne bovina, batata, cenoura e macarrão Laranja ou bergamota	Arroz integral pastoso Feijão vermelho com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> beterraba e brócolis cozido			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Strogonofe de carne (iscas e nata) <u>Salada:</u> brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne bovina iscas com cabutiá <u>Salada:</u> couve flor cozida	Sopa de verduras e legumes: Talos (brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre). Folhas (repolho, couve folha, espinafre), cenoura, batata, arroz e frango	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> brócolis cozido	Arroz colorido Grão de bico com caldo Carne bovinha cubos em molho <u>Salada:</u> tomate e chuchu cozido			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
		475,57kcal	74g	20g				
		62%	17%	30%				

** Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, tangerina, melão, morango, pêra e abacate.

Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente a fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno. Livre demanda.

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser oferecidos gradativamente, sendo bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes e frangos desfiados deverão também ser cortados em pedaços bem pequenos, aumentando a consistência gradativamente.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e sólidos.

Crianças de 12 meses ou mais: Já devem estar consumindo alimentos mais sólidos, semelhantes ao adulto.

Caso a criança demonstre sinais de prontidão, pode-se adicionar alimentos a primeira refeição de acordo com o cardápio 1 a 3 anos.

** As saladas poderão ser alteradas conforme a disponibilidade e perecibilidade.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

Todas as preparações são livre de açúcar, Gordura *Trans* e ultraprocessados

Caso necessário for servir frutas no final de cada período.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (0 - 1 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

Agosto de 2023

Segunda semana	2ª FEIRA (07/08)	3ª FEIRA (08/08)	4ª FEIRA (09/08)	5ª FEIRA (10/08)	6ª FEIRA (11/08)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão integral a bolonhesa Salada: brócolis cozido	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Tulipa assada Purê de batata <u>Salada:</u> couve flor cozido	Sopa de verduras e legumes: Talos (brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre). Folhas (repolho, couve folha, espinafre), cenoura, batata, arroz e frango	Arroz integral pastoso com espinafre Feijão preto com caldo Filé de tilápia assado com batata <u>Salada:</u> beterraba e brócolis cozido	Arroz com espinafre Feijão carioca Carne moída com aipim <u>Salada:</u> cenoura cozida,			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotia <u>Salada:</u> chuchu cozido	Polenta mole Carne moída em molho <u>Salada:</u> tomate e beterraba cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína cubos picadinho <u>Salada:</u> cenoura cozida,	Sopa de feijão preto com batata e macarrão Laranja	Risoto integral de moela <u>Salada:</u> brócolis cozido			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	477,42kcal	67g 56%	19g 16%	16g 30%	404,73mcg	37,86mg	182,20mg	2,20mg

** Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, tangerina, melão, morango, pêra e abacate.

Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente a fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno. Livre demanda.

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser oferecidos gradativamente, sendo bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes e frangos desfiados deverão também ser cortados em pedaços bem pequenos, aumentando a consistência gradativamente.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e sólidos.

Crianças de 12 meses ou mais: Já devem estar consumindo alimentos mais sólidos, semelhantes ao adulto.

Caso a criança demonstre sinais de prontidão, pode-se adicionar alimentos a primeira refeição de acordo com o cardápio 1 a 3 anos.

** As saladas poderão ser alteradas conforme a disponibilidade e perecibilidade.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

Todas as preparações são livre de açúcar, Gordura Trans e ultraprocessados

Caso necessário for servir frutas no final de cada período.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (0 - 1 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

Agosto de 2023

Terceira semana	2ª FEIRA (14/08)	3ª FEIRA (15/08)	4ª FEIRA (16/08)	5ª FEIRA (17/08)	6ª FEIRA (18/08)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate e brócolis cozido	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne bovina picadinha <u>Salada:</u> beterraba e chuchu cozido	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Sobrecoca em molho <u>Salada:</u> beterraba e vagem cozida	Arroz pastoso com espinafre Feijão preto Canjiquinha com carne de suína em cubos <u>Salada:</u> couve flor cozida	Risoto de coxinha de frango com cabotia <u>Salada:</u> cenoura cozida			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína moída <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Omelete de forno <u>Salada:</u> brócolis e cenoura cozida	Sopa de verduras e legumes: Talos (brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre). Folhas (repolho, couve folha, espinafre), cenoura, batata, arroz e frango	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Coração em molho <u>Salada:</u> brócolis cozido			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
		476,81kcal	67g	20g				
		57%	17%	32%				

** Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, tangerina, melão, morango, pêra e abacate.

Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente a fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno. Livre demanda.

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser oferecidos gradativamente, sendo bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes e frangos desfiados deverão também ser cortados em pedaços bem pequenos, aumentando a consistência gradativamente.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e sólidos.

Crianças de 12 meses ou mais: Já devem estar consumindo alimentos mais sólidos, semelhantes ao adulto.

Caso a criança demonstre sinais de prontidão, pode-se adicionar alimentos a primeira refeição de acordo com o cardápio 1 a 3 anos.

** As saladas poderão ser alteradas conforme a disponibilidade e perecibilidade.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

Todas as preparações são livre de açúcar, Gordura *Trans* e ultraprocessados

Caso necessário for servir frutas no final de cada período.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (0 - 1 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

Agosto de 2023

Quarta semana	2ª FEIRA (21/08)	3ª FEIRA (22/08)	4ª FEIRA (23/08)	5ª FEIRA (24/08)	6ª FEIRA (25/08)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> beterraba cozida	Sopa de verduras e legumes: Talos (brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre). Folhas (repolho, couve folha, espinafre), cenoura, batata, arroz e frango	Arroz integral pastoso Feijão vermelho com caldo Iscas bovinas refogada com cabotia <u>Salada:</u> beterraba cozida	Risoto de coração Abobrinha refogada com batata salsa <u>Salada:</u> cenoura cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Carne Suína moída <u>Salada:</u> brócolis e beterraba cozida			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão preto Fígado em molho Salada: cenoura cozida	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Sobrecoxa picadinha em molho <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e brócolis cozido	Torta de aipim com peito moído Salada: chuchu e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Filé de tilápia na panela <u>Salada:</u> abobrinha cozida	Sopa de feijão com batata e arroz Laranja			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
		476,54kcal	64g	19g				
		55%	16%	27%				

** Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, tangerina, melão, morango, pêra e abacate.

Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente a fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno. Livre demanda.

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser oferecidos gradativamente, sendo bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes e frangos desfiados deverão também ser cortados em pedaços bem pequenos, aumentando a consistência gradativamente.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e sólidos.

Crianças de 12 meses ou mais: Já devem estar consumindo alimentos mais sólidos, semelhantes ao adulto.

Caso a criança demonstre sinais de prontidão, pode-se adicionar alimentos a primeira refeição de acordo com o cardápio 1 a 3 anos.

** As saladas poderão ser alteradas conforme a disponibilidade e perecibilidade.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

Todas as preparações são livre de açúcar, Gordura Trans e ultraprocessados

Caso necessário for servir frutas no final de cada período.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (0 - 1 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

Agosto de 2023

Quinta semana	2ª FEIRA (28/08)	3ª FEIRA (29/08)	4ª FEIRA (30/08)	5ª FEIRA (31/08)	6ª FEIRA (01/09)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta com molho de fígado <u>Salada:</u> cenoura cozida	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Filézinho de peito na frigideira <u>Salada:</u> beterraba cozida	Sopa de verduras e legumes: Talos (brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre). Folhas (repolho, couve folha, espinafre), cenoura, batata, arroz e frango	Arroz pastoso Lentilha com caldo Moela de frango na pressão Aipim cozido <u>Salada:</u> beterraba e chuchu cozido			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão vermelho com caldo Tulipa assada <u>Salada:</u> brócolis e cenoura cozida	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> brócolis cozido	Arroz pastoso com espinafre Feijão preto Canjiquinha com coxinha de frango <u>Salada:</u> couve flor cozido	Sopa de verduras e legumes: Talos (brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre). Folhas (repolho, couve folha, espinafre), cenoura, batata, arroz e frango			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	476,78kcal	72g 61%	21g 17%	16g 20%	726,57mcg	48,24 mg	200,71mg	2,35mg

** Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, tangerina, melão, morango, pêra e abacate.

Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente a fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno. Livre demanda.

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser oferecidos gradativamente, sendo bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes e frangos desfiados deverão também ser cortados em pedaços bem pequenos, aumentando a consistência gradativamente.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e sólidos.

Crianças de 12 meses ou mais: Já devem estar consumindo alimentos mais sólidos, semelhantes ao adulto.

Caso a criança demonstre sinais de prontidão, pode-se adicionar alimentos a primeira refeição de acordo com o cardápio 1 a 3 anos.

** As saladas poderão ser alteradas conforme a disponibilidade e perecibilidade.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

Todas as preparações são livre de açúcar, Gordura Trans e ultraprocessados

Caso necessário for servir frutas no final de cada período.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



Figura 11 – Evolução da consistência das preparações: almoço e jantar



Guia Alimentar para Crianças Brasileiras Menores de 2 Anos, disponível em:

http://189.28.128.100/dab/docs/portaldab/publicacoes/guia_da_crianca_2019.pdf

** Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, tangerina, melão, morango, pêra e abacate.

Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente a fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno. Livre demanda.

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser oferecidos gradativamente, sendo bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes e frangos desfiados deverão também ser cortados em pedaços bem pequenos, aumentando a consistência gradativamente.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e sólidos.

Crianças de 12 meses ou mais: Já devem estar consumindo alimentos mais sólidos, semelhantes ao adulto.

Caso a criança demonstre sinais de prontidão, pode-se adicionar alimentos a primeira refeição de acordo com o cardápio 1 a 3 anos.

** As saladas poderão ser alteradas conforme a disponibilidade e perecibilidade.

Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

Todas as preparações são livres de açúcar, Gordura Trans e ultraprocessados

Caso necessário for servir frutas no final de cada período.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

