

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

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (0 a 1 ano)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: ovo, leite, trigo, glúten, tomate, banana, feijão, lentilha, trigo e aveia.

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

MARÇO DE 2024

Primeira semana	2ª FEIRA (04/03)	3ª FEIRA (05/03)	4ª FEIRA (06/03)	5ª FEIRA (07/03)	6ª FEIRA (08/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Frango desfiado <u>Salada:</u> Tomate picadinho e beterraba cozida amassada	Arroz integral amassado Feijão preto com caldo amassado Carne suína refogada picadinha <u>Salada:</u> Cenoura cozida amassada e brócolis cozido picadinho	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate picadinho e brócolis cozido picadinho	Arroz colorido amassado Feijão preto com caldo amassado Ovo cozido amassado <u>Salada:</u> Brócolis picadinho e chuchu cozido amassado	Arroz pastoso amassado Feijão preto com caldo amassado Filé de tilápia assado desfiado <u>Salada:</u> Cenoura cozida amassada
REFEIÇÃO	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil
REFEIÇÃO 3 Tarde	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne bovina picadinha com cabutiá <u>Salada:</u> Beterraba cozida amassada e brócolis cozido picadinho	Sopa de frango com legumes: batata, cenoura, abobrina, cabotia, batata salsa, couve flor, brócolis, chuchu, vagem.	Risoto integral de moela (papa) <u>Salada:</u> Couve flor cozida picadinha	Sopa de feijão com macarrão, carne bovina, batata e cenoura	Purê de batata inglesa Carne moída em molho <u>Salada:</u> Beterraba cozida amassada

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, caqui, 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 (caso a mãe leve para a unidade).

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes deverão também ser cortados em pedaços bem pequenos.

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

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



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

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (0 a 1 ano)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: ovo, leite, trigo, glúten, tomate, banana, feijão, lentilha, trigo e aveia

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

MARÇO DE 2024

Segunda semana	2ª FEIRA (11/03)	3ª FEIRA (12/03)	4ª FEIRA (13/03)	5ª FEIRA (14/03)	6ª FEIRA (15/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Risoto arroz integral com frango e cabutiá (papa) <u>Salada:</u> Couve flor cozida amassada	Feijão preto com caldo amassado Frango assado desfiado Batata cozida amassada <u>Salada:</u> Couve flor cozida picadinha	Feijão preto com caldo amassado Nhoque integral amassado Carne moída em molho <u>Salada:</u> Cenoura e beterraba cozida amassada	Arroz integral amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne bovina em molho Batata inglesa cozida amassada <u>Salada:</u> Beterraba cozida amassada e brócolis cozido picadinho	Arroz pastoso amassado Feijão preto com caldo amassado Carne suína picadinha <u>Salada:</u> Cenoura cozida amassada
REFEIÇÃO	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil
REFEIÇÃO 3 Tarde (13:15 às 14:00)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde (14:30 às 16:40)	Sopa de feijão preto com carne de gado e batata Laranja ou tangerina	Polenta mole Carne moída em molho <u>Salada:</u> Tomate picadinho e beterraba cozida amassada	Arroz pastoso amassado Lentilha com caldo amassada Carne suína picadinha Aipim cozido amassado <u>Salada:</u> Cenoura e chuchu cozido amassados	Sopa de frango com legumes: batata, cenoura, abobrina, cabotia, batata salsa, couve flor, brócolis, chuchu, vagem	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate picadinho e brócolis cozido picadinho

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, caqui, 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 (caso a mãe leve para a unidade).

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes deverão também ser cortados em pedaços bem pequenos.

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

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



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

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (0 a 1 ano)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: ovo, leite, trigo, glúten, tomate, banana, feijão, lentilha, trigo e aveia

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

MARÇO DE 2024

Terceira semana	2ª FEIRA (18/03)	3ª FEIRA (19/03)	4ª FEIRA (20/03)	5ª FEIRA (21/03)	6ª FEIRA (22/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão integral com molho de frango <u>Salada:</u> Tomate picadinho e brócolis cozido picadinho	Arroz pastoso amassado Feijão carioca com caldo amassado Carne suína picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido amassado	Feijão preto com caldo amassado Arroz pastoso amassado Carne moída em molho <u>Salada:</u> Beterraba e couve flor cozida amassada	Arroz integral amassado Feijão preto com caldo amassado Omelete amassado <u>Salada:</u> Brócolis e cenoura cozida amassado	Arroz pastoso amassado Lentilha com caldo amassado Carne bovina picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido amassado
REFEIÇÃO	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil
REFEIÇÃO 3	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde	Arroz pastoso amassado Feijão preto com caldo amassado Carne moída refogada Purê de aipim <u>Salada:</u> Beterraba cozida amassada	Sopa de feijão preto com carne de gado e batata Laranja	Sopa de frango com legumes: batata, cenoura, abobrina, cabotia, batata salsa, couve flor, brócolis, chuchu, vagem	Risoto de molho de frango com cabotia (papa) <u>Salada:</u> Brócolis cozido amassado	Feijão preto amassado Arroz amassado Ovo cozido amassado <u>Salada:</u> Cenoura cozida amassada

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, caqui, 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 (caso a mãe leve para a unidade).

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes deverão também ser cortados em pedaços bem pequenos.

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

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

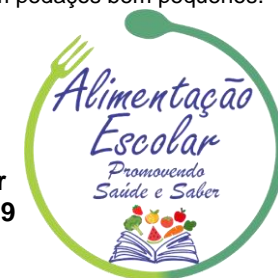
** As saladas poderão ser alteradas conforme a disponibilidade e perecibilidade.

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 a 1 ano)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: ovo, leite, trigo, glúten, tomate, banana, feijão, lentilha, trigo e aveia

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

MARÇO DE 2024

Quarta semana	2ª FEIRA (25/03)	3ª FEIRA (26/03)	4ª FEIRA (27/03)	5ª FEIRA (28/03)	6ª FEIRA (29/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	Frutas* Leite materno ou fórmula infantil	
REFEIÇÃO 2 Manhã	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> Beterraba cozida amassada	Arroz integral amassado Feijão preto com caldo amassado Carne bovina refogada com cabotia <u>Salada:</u> Tomate picadinho, couve flor e chuchu cozido amassado	Arroz pastoso amassado Feijão carioca com caldo amassado Frango picadinho em molho <u>Salada:</u> Cenoura cozida amassado	Macarrão com molho de frango Salada: Cenoura cozida amassada	
REFEIÇÃO	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil	
REFEIÇÃO 3	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	
REFEIÇÃO 4 Tarde	Risoto de frango (papa) Abobrinha refogada com batata salsa amassada <u>Salada:</u> Brócolis e chuchu cozido amassado	Batata inglesa cozida amassada Carne moída refogada <u>Salada:</u> Beterraba cozida amassada	Sopa de frango com legumes: batata, cenoura, abobrinha, cabotia, batata salsa, couve flor, brócolis, chuchu, vagem	Arroz pastoso amassado Feijão preto com caldo amassado Filé de tilápia na panela desfiada <u>Salada:</u> Cenoura cozida amassada	

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, caqui, 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 (caso a mãe leve para a unidade).

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes deverão também ser cortados em pedaços bem pequenos.

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

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](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, caqui, 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 (caso a mãe leve para a unidade).

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes deverão também ser cortados em pedaços bem pequenos.

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

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 CAPINZAI
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (1 - 3 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

MARÇO DE 2024

Primeira semana	2ª FEIRA (04/03)	3ª FEIRA (05/03)	4ª FEIRA (06/03)	5ª FEIRA (07/03)	6ª FEIRA (08/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de tomate** Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Batata doce assada Leite puro ou com canela	Frutas* Bolo de banana com aveia** Batida de leite com banana
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne suína refogada <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura e brócolis cozido	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Arroz colorido Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> Alface, brócolis e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Filé de tilápia assado <u>Salada:</u> Repolho, cenoura e vagem cozida
REFEIÇÃO 3 Tarde (13:00 às 14:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne bovina com cabutiá <u>Salada:</u> Cenoura ralada, beterraba e brócolis cozido	Bolinho de beterraba e frango** Suco de uva	Risoto integral de moela <u>Salada:</u> Acelga, repolho e couve flor cozida	Sopa de feijão com macarrão, carne bovina, batata e cenoura	Pão de polvilho** Leite puro ou com cacau

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

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 (1 - 3 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: ovo, leite, trigo, glúten, tomate, banana, feijão, lentilha, trigo e aveia

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

MARÇO DE 2024

Segunda semana	2ª FEIRA (11/03)	3ª FEIRA (12/03)	4ª FEIRA (13/03)	5ª FEIRA (14/03)	6ª FEIRA (15/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho** Leite puro ou com cacau	Frutas* Empadão de carne com massa de fubá** Leite puro ou com cacau	Frutas* Waffle Leite puro ou com cacau	Frutas* Nega maluca de feijão** Leite puro ou com cacau	Frutas* Batata doce assada Leite puro ou com canela
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Risoto arroz integral com frango e cabutiá <u>Salada:</u> Acelga, repolho e couve flor cozida	Arroz colorido Feijão preto com caldo Frango assado Batata cozida <u>Salada:</u> Repolho, couve flor e vagem cozida	Feijão preto com caldo Nhoque integral Carne moída em molho <u>Salada:</u> Repolho, cenoura e beterraba cozida	Arroz integral Feijão carioca com caldo Carne bovina em molho Batata inglesa cozida <u>Salada:</u> Acelga, beterraba e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne suína picadinha Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, repolho, e cenoura cozida
REFEIÇÃO 3 Tarde (13:15 às 14:00)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde (14:30 às 16:40)	Sopa de feijão preto com carne de gado e batata Laranja ou tangerina	Polenta mole Carne moída em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína picadinha Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface, pepino ralado, cenoura e chuchu cozido	Torta de legumes e hortaliças** Leite puro ou com cacau	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

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 (1 - 3 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: ovo, leite, trigo, glúten, tomate, banana, feijão, lentilha, trigo e aveia

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

MARÇO DE 2024

Terceira semana	2ª FEIRA (18/03)	3ª FEIRA (19/03)	4ª FEIRA (20/03)	5ª FEIRA (21/03)	6ª FEIRA (22/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite puro ou com cacau Batata doce assada	Frutas* Torta de Farofa com Maçã e Banana** Leite puro ou com cacau	Frutas* Batida de Leite com mamão e banana Bolo de ameixa**	Frutas* Bolo de coco** Leite puro ou com canela	Frutas* Pão de polvilho e aipim** Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão integral com molho de frango <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína picadinha <u>Salada:</u> Acelga, beterraba e chuchu cozido	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Lasanha à bolonhesa com massa de panqueca <u>Salada:</u> Alface, beterraba e couve flor cozida	Arroz integral Feijão preto com caldo Omelete <u>Salada:</u> Repolho, brócolis e cenoura cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne bovina picadinha <u>Salada:</u> Acelga, beterraba e chuchu cozido
REFEIÇÃO 3 Tarde (13:15 às 14:00)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne moída refogada Purê de aipim <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida	Sopa de feijão preto com carne de gado e batata Laranja	Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Risoto de molho de frango com cabotia <u>Salada:</u> Alface, tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Feijão preto Arroz Ovo cozido <u>Salada:</u> Repolho, vagem e cenoura cozida

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

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 (1 - 3 anos)

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2024

Quarta semana	2ª FEIRA (25/03)	3ª FEIRA (26/03)	4ª FEIRA (27/03)	5ª FEIRA (28/03)	6ª FEIRA (29/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral** Leite puro ou com canela	Frutas* Batata doce assada Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de banana com cacau e aveia** Leite puro ou com cacau	Frutas* Leite puro ou com cacau Bolo de aveia**
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne bovina refogada com cabotia <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Frango picadinho em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho, acelga e cenoura cozida	Macarrão com molho de frango <u>Salada:</u> Alface, pepino, vagem cozida	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne Suína refogada Farofa de cenoura <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido
REFEIÇÃO 3 Tarde (13:15 às 14:00)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde (14:30 às 16:40)	Risoto de frango Abobrinha refogada com batata salsa <u>Salada:</u> Brócolis e chuchu cozido	Bolo/Pizza de carne moída (massa de pão, carne moída, tomate e óregano) ** Suco de Uva	Bolinho de abobora com carne moída, enriquecido com aveia** Leite com cacau	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Filé de tilápia na panela <u>Salada:</u> Repolho, cenoura e vagem cozida	Sopa de feijão com batata e macarrão Laranja ou tangerina

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



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

CARDÁPIO - PRÉ- ESCOLA - CMEI PINGUINHO DE GENTE EXTENSÃO
PERÍODO PARCIAL

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

Necessidades Alimentares Especiais: ovo, leite, trigo, glúten, tomate, banana, feijão, lentilha, trigo e aveia.

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

MARÇO DE 2024

Primeira semana	2ª FEIRA (04/03)	3ª FEIRA (05/03)	4ª FEIRA (06/03)	5ª FEIRA (07/03)	6ª FEIRA (08/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida Frutas*	Frutas* Bolo de tomate Leite puro ou com cacao Frutas*	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido Frutas*	Arroz colorido Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> Alface, brócolis e chuchu cozido Frutas*	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Filé de tilápia assado <u>Salada:</u> Repolho, cenoura e vagem cozida Frutas*
REFEIÇÃO 1 Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne bovina com cabutiá <u>Salada:</u> Cenoura ralada, beterraba e brócolis cozido Frutas*	Bolinho de beterraba e frango Suco de uva Frutas*	Risoto integral de moela <u>Salada:</u> Acelga, repolho e couve flor cozida Frutas*	Sopa de feijão com macarrão, carne bovina, batata e cenoura Frutas*	Pão de polvilho Leite puro ou com cacao Frutas*

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



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

**CARDÁPIO - PRÉ- ESCOLA - CMEI PINGUINHO DE GENTE EXTENSÃO
PERÍODO PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

Necessidades Alimentares Especiais: ovo, leite, trigo, glúten, tomate, banana, feijão, lentilha, trigo e aveia

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

MARÇO DE 2024

Segunda semana	2ª FEIRA (11/03)	3ª FEIRA (12/03)	4ª FEIRA (13/03)	5ª FEIRA (14/03)	6ª FEIRA (15/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (09:30 às 11:15)	Risoto arroz integral com frango e cabutiá <u>Salada:</u> Acelga, repolho e couve flor cozida Frutas*	Arroz colorido Feijão preto com caldo Frango assado Batata cozida <u>Salada:</u> Repolho, couve flor e vagem cozida Frutas*	Feijão preto com caldo Nhoque integral Carne moída em molho <u>Salada:</u> Repolho, cenoura e beterraba cozida Frutas*	Frutas* Nega maluca de feijão Leite puro ou com cacão Frutas*	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne suína picadinha Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, repolho, e cenoura cozida Frutas*
REFEIÇÃO 1 Tarde (14:30 às 16:40)	Sopa de feijão preto com carne de gado e batata Laranja ou tangerine Frutas*	Polenta mole Carne moída em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida Frutas*	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína picadinha Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface, pepino ralado, cenoura e chuchu cozido Frutas*	Torta de legumes e hortaliças Leite puro ou com cacão Frutas*	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido Frutas*

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



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

**CARDÁPIO - PRÉ- ESCOLA - CMEI PINGUINHO DE GENTE EXTENSÃO
PERÍODO PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

Necessidades Alimentares Especiais: ovo, leite, trigo, glúten, tomate, banana, feijão, lentilha, trigo e aveia

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

MARÇO DE 2024

Terceira semana	2ª FEIRA (18/03)	3ª FEIRA (19/03)	4ª FEIRA (20/03)	5ª FEIRA (21/03)	6ª FEIRA (22/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão integral com molho de frango <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido Frutas*	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína picadinha <u>Salada:</u> Acelga, beterraba e chuchu cozido Frutas*	Batida de Leite com mamão e banana Bolo de ameixa Frutas*	Arroz integral Feijão preto com caldo Omelete <u>Salada:</u> Repolho, brócolis e cenoura cozida Frutas*	Pão de polvilho e aipim Leite puro ou com cacau Frutas*
REFEIÇÃO 1 Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne moída refogada Purê de aipim <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida Frutas*	Sopa de feijão preto com carne de gado e batata Laranja	Pão de polvilho Leite puro ou com cacau Frutas*	Risoto de molho de frango com cabotia <u>Salada:</u> Alace, tomate, pepino fatiado e brócolis cozido Frutas*	Feijão preto Arroz Ovo cozido <u>Salada:</u> Repolho, vagem e cenoura cozida Frutas*

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



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

**CARDÁPIO - PRÉ- ESCOLA - CMEI PINGUINHO DE GENTE EXTENSÃO
PERÍODO PARCIAL**

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

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

MARÇO DE 2024

Quarta semana	2ª FEIRA (25/03)	3ª FEIRA (26/03)	4ª FEIRA (27/03)	5ª FEIRA (28/03)	6ª FEIRA (29/03)
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida Frutas*	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne bovina refogada com cabotia <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido Frutas*	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Frango picadinho em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho, acelga e cenoura cozida Frutas*	Macarrão com molho de frango <u>Salada:</u> Alface, pepino, vagem cozida Frutas*	Leite puro ou com cacau Bolo de aveia Frutas*
REFEIÇÃO 3 Tarde (13:15 às 14:00)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde (14:30 às 16:40)	Risoto de frango Abobrinha refogada com batata salsa <u>Salada:</u> Brócolis e chuchu cozido Frutas*	Bolo/Pizza de carne moída (massa de pão, carne moída, tomate e oregano) Suco de Uva Frutas*	Bolinho de abobora com carne moída, enriquecido com aveia Suco de uva Frutas*	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Filé de tilápia na panela <u>Salada:</u> Repolho, cenoura e vagem cozida Frutas*	Sopa de feijão com batata e macarrão Laranja ou tangerine Frutas*

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



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

CARDÁPIO - PRÉ- ESCOLA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

CMEI FADA MADRINHA
E
CMEI MUNDO COLORIDO

MARÇO DE 2024

Primeira semana	2ª FEIRA (04/03)	3ª FEIRA (05/03)	4ª FEIRA (06/03)	5ª FEIRA (07/03)	6ª FEIRA (08/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de tomate** Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Batata doce assada Leite puro ou com canela	Frutas* Bolo de banana com aveia** Batida de leite com banana
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne suína refogada <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura e brócolis cozido	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Arroz colorido Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> Alface, brócolis e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Filé de tilápia assado <u>Salada:</u> Repolho, cenoura e vagem cozida
REFEIÇÃO 3 Tarde (13:00 às 14:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne bovina com cabutiá <u>Salada:</u> Cenoura ralada, beterraba e brócolis cozido	Bolinho de beterraba e frango** Suco de uva	Risoto integral de moela <u>Salada:</u> Acelga, repolho e couve flor cozida	Sopa de feijão com macarrão, carne bovina, batata e cenoura	Pão de polvilho** Leite puro ou com cacau

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



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

CARDÁPIO - PRÉ- ESCOLA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: ovo, leite, trigo, glúten, tomate, banana, feijão, lentilha, trigo e aveia

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

CMEI FADA MADRINHA
E
CMEI MUNDO COLORIDO

MARÇO DE 2024

Segunda semana	2ª FEIRA (11/03)	3ª FEIRA (12/03)	4ª FEIRA (13/03)	5ª FEIRA (14/03)	6ª FEIRA (15/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho** Leite puro ou com cacau	Frutas* Empadão de carne com massa de fubá** Leite puro ou com cacau	Frutas* Waffle Leite puro ou com cacau	Frutas* Nega maluca de feijão** Leite puro ou com cacau	Frutas* Batata doce assada Leite puro ou com canela
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Risoto arroz integral com frango e cabutiá <u>Salada:</u> Acelga, repolho e couve flor cozida	Arroz colorido Feijão preto com caldo Frango assado Batata cozida <u>Salada:</u> Repolho, couve flor e vagem cozida	Feijão preto com caldo Nhoque integral Carne moída em molho <u>Salada:</u> Repolho, cenoura e beterraba cozida	Arroz integral Feijão carioca com caldo Carne bovina em molho Batata inglesa cozida <u>Salada:</u> Acelga, beterraba e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne suína picadinha Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, repolho, e cenoura cozida
REFEIÇÃO 3 Tarde (13:15 às 14:00)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde (14:30 às 16:40)	Sopa de feijão preto com carne de gado e batata Laranja ou tangerina	Polenta mole Carne moída em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína picadinha Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface, pepino ralado, cenoura e chuchu cozido	Torta de legumes e hortaliças** Leite puro ou com cacau	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



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

CARDÁPIO - PRÉ- ESCOLA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: ovo, leite, trigo, glúten, tomate, banana, feijão, lentilha, trigo e aveia

Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

CMEI FADA MADRINHA
E
CMEI MUNDO COLORIDO

MARÇO DE 2024

Terceira semana	2ª FEIRA (18/03)	3ª FEIRA (19/03)	4ª FEIRA (20/03)	5ª FEIRA (21/03)	6ª FEIRA (22/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite puro ou com cacau Batata doce assada	Frutas* Torta de Farofa com Maçã e Banana** Leite puro ou com cacau	Frutas* Batida de Leite com mamão e banana Bolo de ameixa**	Frutas* Bolo de coco** Leite puro ou com canela	Frutas* Pão de polvilho e aipim** Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão integral com molho de frango <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína picadinha <u>Salada:</u> Acelga, beterraba e chuchu cozido	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Lasanha à bolonhesa com massa de panqueca <u>Salada:</u> Alface, beterraba e couve flor cozida	Arroz integral Feijão preto com caldo Omelete <u>Salada:</u> Repolho, brócolis e cenoura cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne bovina picadinha <u>Salada:</u> Acelga, beterraba e chuchu cozido
REFEIÇÃO 3 Tarde (13:15 às 14:00)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne moída refogada Purê de aipim <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida	Sopa de feijão preto com carne de gado e batata Laranja	Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Risoto de molho de frango com cabotia <u>Salada:</u> Alface, tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Feijão preto Arroz Ovo cozido <u>Salada:</u> Repolho, vagem e cenoura cozida

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



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

CMEI FADA MADRINHA
E
CMEI MUNDO COLORIDO

CARDÁPIO - PRÉ- ESCOLA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO INTEGRAL

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

MARÇO DE 2024

Quarta semana	2ª FEIRA (25/03)	3ª FEIRA (26/03)	4ª FEIRA (27/03)	5ª FEIRA (28/03)	6ª FEIRA (29/03)
REFEIÇÃO 1 Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral** Leite puro ou com canela	Frutas* Batata doce assada Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de banana com cacau e aveia** Leite puro ou com cacau	Frutas* Leite puro ou com cacau Bolo de aveia**
REFEIÇÃO 2 Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne bovina refogada com cabotia <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Frango picadinho em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho, acelga e cenoura cozida	Macarrão com molho de frango <u>Salada:</u> Alface, pepino, vagem cozida	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne Suína refogada Farofa de cenoura <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido
REFEIÇÃO 3 Tarde (13:15 às 14:00)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO 4 Tarde (14:30 às 16:40)	Risoto de frango Abobrinha refogada com batata salsa <u>Salada:</u> Brócolis e chuchu cozido	Bolo/Pizza de carne moída (massa de pão, carne moída, tomate e óregano) ** Suco de Uva	Bolinho de abobora com carne moída, enriquecido com aveia** Leite com cacau	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Filé de tilápia na panela <u>Salada:</u> Repolho, cenoura e vagem cozida	Sopa de feijão com batata e macarrão Laranja ou tangerina

**Todas as receitas estão no livro de receitas doces e salgadas da alimentação escolar

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

