

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

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (7- 11 meses)

PERÍODO INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

Primeira semana	2ª FEIRA (03/06)	3ª FEIRA (04/06)	4ª FEIRA (05/06)	5ª FEIRA (06/06)	6ª FEIRA (07/06)			
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 Sobrecoxa de frango em molho <u>Salada:</u> Tomate e beterraba cozida	Risoto de fígado <u>Salada:</u> brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída refogada <u>Salada:</u> cenoura cozida	Sopa de Feijão com carne de gado, batata e macarrão	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne bovina em molho <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)	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne bovina iscas com cabutiá <u>Salada:</u> couve flor cozido	Polenta mole Sobrecoxa de frango em molho <u>Salada:</u> Tomate e beterraba cozida	Feijão carioca com caldo Arroz pastoso Strogonofe de carnes (iscas e nata) Batata cozida <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada e brócolis cozido	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre. Folhas de repolho, couve folha, espinafre. Cenoura, batata, aipim, 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				
		475,57kcal	74g	20g				
		62%	17%	30%	303,31mcg	40,16mg	190,32mg	2,04mg

* 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. 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 (7- 11 meses)

PERÍODO INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

Segunda semana	2ª FEIRA (10/06)	3ª FEIRA (11/06)	4ª FEIRA (12/06)	5ª FEIRA (13/06)	6ª FEIRA (14/06)			
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)	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotia <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre. Folhas de repolho, couve folha, espinafre. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína cubos picadinho Aipim cozido <u>Salada:</u> cenoura cozida,	Arroz colorido Grão de bico com caldo Fígado refogado <u>Salada:</u> tomate, beterraba e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> cenoura e brócolis cozido			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabutiá <u>Salada:</u> beterraba cozida	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Fígado refogado <u>Salada:</u> brócolis cozido	Sopa de feijão preto com batata e macarrão Laranja	Polenta mole Carne moída em molho <u>Salada:</u> cenoura cozida	Canjiquinha com frango Batata inglesa assada <u>Salada:</u> abobrinha e beterraba cozida			
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	19g	16g	404,73mcg	37,86mg	182,20mg	2,20mg
		56%	16%	30%				

* 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. 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 (7- 11 meses)

PERÍODO INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

Terceira semana	2ª FEIRA (17/06)	3ª FEIRA (18/06)	4ª FEIRA (19/06)	5ª FEIRA (20/06)	6ª FEIRA (21/06)			
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)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Omelete de forno <u>Salada:</u> brócolis e cenoura cozida	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 porco em cubos <u>Salada:</u> couve flor e repolho cozido	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate e brócolis cozido			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne bovina picadinha <u>Salada:</u> cenoura cozida	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre. Folhas de repolho, couve folha, espinafre. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Risoto de Fígado <u>Salada:</u> cenoura cozida	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Tulipa assada <u>Salada:</u> Beterraba cozida			
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, 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. 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 (7- 11 meses)

PERÍODO INTEGRAL

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

JUNHO DE 2024

Quarta semana	2ª FEIRA (24/06)	3ª FEIRA (25/06)	4ª FEIRA (26/06)	5ª FEIRA (27/06)	6ª FEIRA (28/06)			
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	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Tulipa assada <u>Salada:</u> couve flor e brócolis cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Iscas bovinas refogada com cabotia <u>Salada:</u> abobrinha e beterraba cozida	Risoto de coração Abobrinha refogada com batata salsa <u>Salada:</u> cenoura cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Carne Suína cubos refogada <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 carioca com caldo Filé de tilápia na panela <u>Salada:</u> cenoura e chuchu cozido	Macarrão integral com molho de coração <u>Salada:</u> chuchu cozido	Torta de aipim com peito moído <u>Salada:</u> chuchu e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão preto Fígado refogado <u>Salada:</u> beterraba 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%	210,59mcg	41,46mg	182,78mg	1,99mg

* 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. 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.

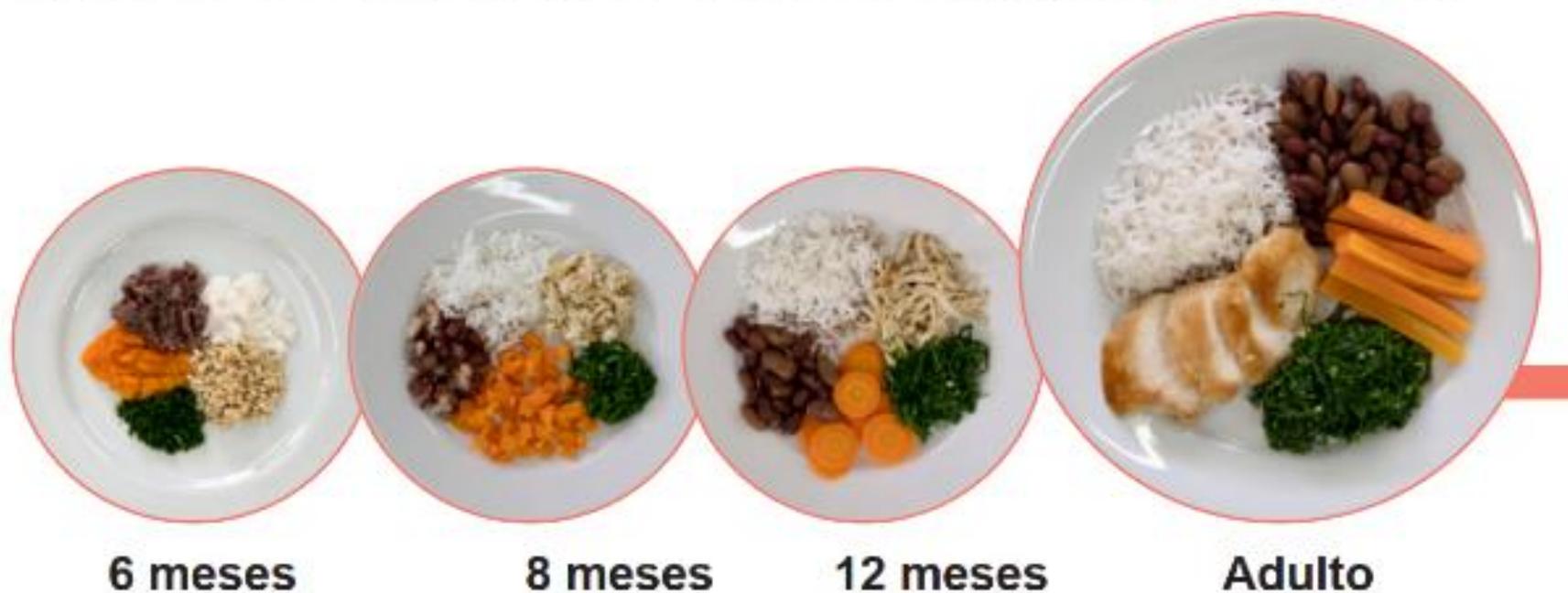
Todas as preparações são livre de açúcar, Gordura *Trans* e ultraprocessados

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](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. 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.

gov.br

Documento assinado digitalmente

ALESSANDRA NELSI WEBER

Data: 20/05/2024 15:47:35-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



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 Especiais: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

JUNHO DE 2024

Primeira semana	2ª FEIRA (03/06)	3ª FEIRA (04/06)	4ª FEIRA (05/06)	5ª FEIRA (06/06)	6ª FEIRA (07/06)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho com chia Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão com nata Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão de milho com doce de fruta Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de tomate Leite puro ou com cacau			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Sobrecoxa de frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida	Risoto de fígado <u>Salada:</u> Acelga, repolho e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída refogada Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura e vagem cozida	Sopa de feijão preto com carne gado, batata e macarrão	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne bovina em molho Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura e vagem cozida			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*				
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Pepino fatiado e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne bovina iscas com cabutiá <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, pepino fatiado e couve flor cozido	Polenta mole Sobrecoxa de frango em molho <u>Salada:</u> Tomate e beterraba cozida	Feijão carioca com caldo Arroz pastoso Strogonofe de carne (iscas e nata) Batata cozida <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada e brócolis cozido	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre. Folhas de repolho, couve folha, espinafre. Cenoura, batata, aipim, 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				
		708,75kcal	114g	32g				
		64%	18%	27%				

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

** 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, servir frutas no final do período da tarde para alunos que permanecem na unidade até mais 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

JUNHO DE 2024

Segunda semana	2ª FEIRA (10/06)	3ª FEIRA (11/06)	4ª FEIRA (12/06)	5ª FEIRA (13/05)	6ª FEIRA (14/05)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Wafler/pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Batata doce assada Omelete Leite puro ou com canela	Frutas* Pão com pasta de amendoim e cacau Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de banana com aveia e frutas secas Leite puro ou com canela	Frutas* Bolo de tomate Leite puro ou com canela			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotia <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre. Folhas de repolho, couve folha, espinafre. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína cubos picadinho Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface, pepino ralado e cenoura cozida,	Arroz colorido Grão de bico com caldo Fígado refogado <u>Salada:</u> Alface, tomate, beterraba e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> Alface, cenoura e brócolis cozido			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabutiá <u>Salada:</u> Acelga, repolho e beterraba cozida	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Fígado refogado <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada e brócolis cozido	Sopa de feijão preto com batata e macarrão Laranja	Polenta mole Carne moída em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida	Canjiquinha com frango Batata inglesa assada <u>Salada:</u> Alface, abobrinha e beterraba cozida			
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				
	715,18kcal	104g 59%	31g 17%	21g 27%	684,51mcg	57,56mg	236,48mg	3,50mg

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

** 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.

As preparações são livres de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Diariamente, servir frutas no final do período da tarde para alunos que permanecem na unidade até mais 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

JUNHO DE 2024

Terceira semana	2ª FEIRA (17/06)	3ª FEIRA (18/06)	4ª FEIRA (19/06)	5ª FEIRA (20/06)	6ª FEIRA (21/06)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de feijão Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão integral com doce de fruta Leite puro ou com cacau	Frutas* Muffim salgado Leite puro ou com cacau	Frutas* Batata doce assada Omelete Leite puro ou com canela			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Omelete de forno <u>Salada:</u> Repolho, brócolis e cenoura cozida	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Sobrecoca em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz pastoso com espinafre Feijão preto Canjiquinha com carne de porco em cubos <u>Salada:</u> Alface, couve flor e repolho cozido	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne bovina picadinha <u>Salada:</u> Repolho, vagem e cenoura cozida	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre. Folhas de repolho, couve folha, espinafre. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Risoto de fígado <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura cozida	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Tulipa assada <u>Salada:</u> Alface, repolho, beterraba cozida			
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				
	710kcal	110g 63%	31g 17%	20g 26%	643,68mcg	57,60mg	237,46mg	3,71mg

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

** 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, servir frutas no final do período da tarde para alunos que permanecem na unidade até mais 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

JUNHO DE 2024

Quarta semana	2ª FEIRA (24/06)	3ª FEIRA (25/06)	4ª FEIRA (26/06)	5ª FEIRA (27/06)	6ª FEIRA (28/06)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho de aipim Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com canela	Frutas* Pão com nata Leite puro ou com cacau	Frutas* Leite puro ou com cacau Batata doce assada Omelete	Frutas* Bolo de banana com aveia e frutas secas Leite puro ou com cacau			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Tulipa assada <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e brócolis cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Iscas bovinas refogada com cabotia <u>Salada:</u> Alface, repolho, abobrinha e beterraba cozida	Risoto de coração Abobrinha refogada com batata salsa <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Carne Suína cubos refogada Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, 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 carioca com caldo Filé de tilápia na panela <u>Salada:</u> Alface, cenoura e chuchu cozido	Macarrão integral com molho de coração <u>Salada:</u> Alface, pepino fatiado, chuchu cozido	Torta de aipim com peito moído <u>Salada:</u> Alface, chuchu e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão preto Fígado refogado <u>Salada:</u> Pepino fatiado e beterraba 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				
		707,14kcal	103g	30g				
		58%	17%	25%				

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

** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e acessibilidade.

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, servir frutas no final do período da tarde para alunos que permanecem na unidade até mais tarde.

gov.br

Documento assinado digitalmente

ALESSANDRA NELSI WEBER

Data: 20/05/2024 15:47:35-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469



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

CARDÁPIO - PRÉ- ESCOLA/CRECHE

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

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

JUNHO DE 2024

Primeira semana	2ª FEIRA (10/06)	3ª FEIRA (11/06)	4ª FEIRA (12/06)	5ª FEIRA (13/06)	6ª FEIRA (14/06)
REFEIÇÃO I Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Sobrecoxa de frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida Fruta	Risoto de fígado <u>Salada:</u> Acelga, repolho e brócolis cozido Fruta	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída refogada Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura e vagem cozida Fruta	Sopa de feijão preto com carne gado, batata e macarrão Fruta	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne bovina em molho Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura e vagem cozida Fruta
REFEIÇÃO I Tarde (14:30 às 16:40)	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Pepino fatiado e brócolis cozido Fruta	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne bovina iscas com cabutiá <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, pepino fatiado e couve flor cozido Fruta	Polenta mole Sobrecoxa de frango em molho <u>Salada:</u> Tomate e beterraba cozida Fruta	Feijão carioca com caldo Arroz pastoso Strogonofe de carne (iscas e nata) Batata cozida <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada e brócolis cozido Fruta	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre. Folhas de repolho, couve folha, espinafre. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango Fruta
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
		275kcal	46g 69%	12g 18%	7g 24%

*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

** 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, servir frutas no final do período da tarde para alunos que permanecem na unidade até mais 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/CRECHE

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

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

JUNHO DE 2024

Segunda semana	2ª FEIRA (12/06)	3ª FEIRA (13/06)	4ª FEIRA (14/06)	5ª FEIRA (15/06)	6ª FEIRA (16/06)
REFEIÇÃO I Manhã (09:30 às 11:15)	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotia <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre. Folhas de repolho, couve folha, espinafre. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína cubos picadinho Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface, pepino ralado e cenoura cozida,	Arroz colorido Grão de bico com caldo Fígado refogado <u>Salada:</u> Alface, tomate, beterraba e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> Alface, cenoura e brócolis cozido
REFEIÇÃO I Tarde (14:30 às 16:40)	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabutiá <u>Salada:</u> Acelga, repolho e beterraba cozida	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Fígado refogado <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada e brócolis cozido	Sopa de feijão preto com batata e macarrão Laranja	Polenta mole Carne moída em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida	Canjiquinha com frango Batata inglesa assada <u>Salada:</u> Alface, abobrinha e beterraba cozida
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
		42g	12g	7g	
		61%	18%	25%	

*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

** 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, servir frutas no final do período da tarde para alunos que permanecem na unidade até mais 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/CRECHE

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

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

JUNHO DE 2024

Terceira semana	2ª FEIRA (17/06)	3ª FEIRA (18/06)	4ª FEIRA (19/06)	5ª FEIRA (20/06)	6ª FEIRA (21/06)
REFEIÇÃO I Manhã (09:30 às 11:15)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Omelete de forno <u>Salada:</u> Repolho, brócolis e cenoura cozida	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Sobrecoxa em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz pastoso com espinafre Feijão preto Canjiquinha com carne de porco em cubos <u>Salada:</u> Alface, couve flor e repolho cozido	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido
REFEIÇÃO I Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne bovina picadinha <u>Salada:</u> Repolho, vagem e cenoura cozida	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre. Folhas de repolho, couve folha, espinafre. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Risoto de molho de sobrecoxa de frango com cabotia <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura cozida	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Tulipa assada <u>Salada:</u> Alface, repolho, beterraba cozida
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
		278,84kcal	45g 66%	12g 18%	8g 27%

*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

** 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, servir frutas no final do período da tarde para alunos que permanecem na unidade até mais 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/CRECHE

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

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

JUNHO DE 2024

Quarta semana	2ª FEIRA (24/06)	3ª FEIRA (25/06)	4ª FEIRA (26/06)	5ª FEIRA (27/06)	6ª FEIRA (28/06)
REFEIÇÃO I Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Tulipa assada <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e brócolis cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Isclas bovinas refogada com cabotia <u>Salada:</u> Alface, repolho, abobrinha e beterraba cozida	Risoto de coração Abobrinha refogada com batata salsa <u>Salada:</u> Alface, repolho e cenoura cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Carne Suína cubos refogada Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba cozida
REFEIÇÃO I Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Filé de tilápia na panela <u>Salada:</u> Alface, cenoura e chuchu cozido	Macarrão integral com molho de coração <u>Salada:</u> Alface, pepino fatiado, chuchu cozido	Torta de aipim com peito moído <u>Salada:</u> Alface, chuchu e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão preto Fígado refogado <u>Salada:</u> Pepino fatiado e beterraba cozida	Sopa de feijão com batata e arroz Laranja
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	
		278 kcal	42g 61%	12g 17%	7g 22%

*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

** 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, servir frutas no final do período da tarde para alunos que permanecem na unidade até mais tarde.

gov.br

Documento assinado digitalmente

ALESSANDRA NELSI WEBER

Data: 20/05/2024 15:47:35-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

