

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

**CARDÁPIO - CRECHE**

**FAIXA ETÁRIA (0 - 1 ano)**

**PERÍODO INTEGRAL**

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

**MAIO DE 2024**

Primeira semana	2ª FEIRA (06/05)	3ª FEIRA (07/05)	4ª FEIRA (08/05)	5ª FEIRA (09/05)	6ª FEIRA (10/05)				
<b>REFEIÇÃO I</b> Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula				
<b>REFEIÇÃO II</b> Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate e brócolis cozido	Polenta mole Sobrecoca de frango em molho <u>Salada:</u> Tomate e beterraba cozida	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída refogada <u>Salada:</u> Alface, cenoura e vagem cozida	Sopa de feijão preto com carne gado, batata e macarrão	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido Batata doce assada com temperos naturais <u>Salada:</u> beterraba e brócolis cozido				
<b>REFEIÇÃO III</b> Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*				
<b>REFEIÇÃO IV</b> Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> beterraba e chuchu cozido	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> chuchu e brócolis cozido	Risoto de frango <u>Salada:</u> beterraba cozida	Feijão carioca com caldo Arroz pastoso Strogonofe de carne (iscas e nata) Batata cozida <u>Salada:</u> cenoura ralada e brócolis cozido	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha. Cenoura, batata, chuchu, aipim, arroz e frango				
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b> 55% a 65% do VET	<b>PTN (g)</b> 10% a 15% do VET	<b>LPD (g)</b> 25% a 35% do VET	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		479kcal	69g 57%	23g 19%	16g 31%				

\*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.

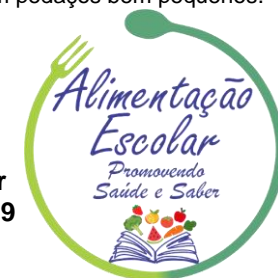
\*\* As saladas poderão ser alteradas conforme a disponibilidade e perecibilidade.

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 Nelsi Weber**  
**Nutricionista CRN10 3469**



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

**CARDÁPIO - CRECHE**

**FAIXA ETÁRIA (0 - 1 ano)**

**PERÍODO INTEGRAL**

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

**MAIO DE 2024**

Segunda semana	2ª FEIRA (13/05)	3ª FEIRA (14/05)	4ª FEIRA (15/05)	5ª FEIRA (16/05)	6ª FEIRA (17/05)			
<b>REFEIÇÃO I</b> Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula			
<b>REFEIÇÃO II</b> Manhã (09:30 às 11:15)	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha, cenoura, batata, aipim, e frango	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Tulipa assada Purê de batata <u>Salada:</u> couve flor e vagem cozida	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotia <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido	Arroz integral pastoso com couve folha Feijão preto com caldo Filé de tilápia assado com batata <u>Salada:</u> beterraba e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Fígado bovino refogado <u>Salada:</u> cenoura cozida			
<b>REFEIÇÃO III</b> Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
<b>REFEIÇÃO IV</b> Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína cubos picadinho <u>Salada:</u> couve flor e chuchu cozido	Batata doce cozida Ovo cozido Abobrinha cozida <u>Salada:</u> cenoura cozida	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabutiá <u>Salada:</u> cenoura cozida	Polenta mole frango em molho <u>Salada:</u> tomate, e beterraba cozida	Sopa de feijão preto com batata e macarrão Laranja			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>				
	475kcal	66g 55%	23g 19%	15g 28%	190,20mcg	30,10mg	179,35mg	2,31mg

\*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.**

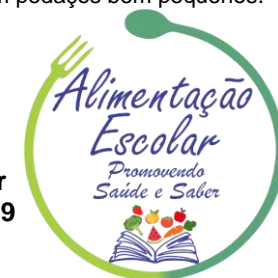
\*\* As saladas poderão ser alteradas conforme a disponibilidade e perecibilidade.

**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 Nelsi Weber  
Nutricionista CRN10 3469**



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

**CARDÁPIO - CRECHE**

**FAIXA ETÁRIA (0 - 1 ano)**

**PERÍODO INTEGRAL**

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

**MAIO DE 2024**

Terceira semana	2ª FEIRA (20/05)	3ª FEIRA (21/05)	4ª FEIRA (22/05)	5ª FEIRA (23/05)	6ª FEIRA (24/05)			
<b>REFEIÇÃO I</b> Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula			
<b>REFEIÇÃO II</b> Manhã (09:30 às 11:15)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Risoto de arroz integral, molho de sobrecoxa de frango com cabotia <u>Salada:</u> cenoura cozida	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Omelete de forno com ora pro nobis <u>Salada:</u> brócolis e cenoura cozida	Arroz pastoso com couve folha Feijão preto Canjiquinha com carne de porco em cubos <u>Salada:</u> couve flor e repolho cozido	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne bovina picadinha <u>Salada:</u> beterraba e vagem cozida			
<b>REFEIÇÃO III</b> Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
<b>REFEIÇÃO IV</b> Tarde (14:30 às 16:40)	Macarrão com molho de coração <u>Salada:</u> Tomate e brócolis cozido	Arroz integral Feijão vermelho com caldo Coxinha assada com batata <u>Salada:</u> chuchu cozido	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Filé de tilapia assada <u>Salada:</u> beterraba e vagem cozida	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja			
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)	<b>Energia</b> (Kcal)	<b>CHO</b> (g)	<b>PTN</b> (g)	<b>LPD</b> (g)	<b>Vit. A</b> (mcg)	<b>Vit. C</b> (mg)	<b>Ca</b> (mg)	<b>Fe</b> (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	475,15kcal	69g	23g	14g	191,92mcg	23,92mg	185,47mg	2,37mg
		59%	19%	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.

**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 Nelsi Weber**  
**Nutricionista CRN10 3469**



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

**CARDÁPIO - CRECHE**

**FAIXA ETÁRIA (0 - 1 ano)**

**PERÍODO INTEGRAL**

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

**MAIO DE 2024**

Quarta semana	2ª FEIRA (27/05)	3ª FEIRA (28/05)	4ª FEIRA (29/05)	5ª FEIRA (30/05)	6ª FEIRA (31/05)
<b>REFEIÇÃO I</b> Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula		Frutas* Leite/fórmula
<b>REFEIÇÃO II</b> Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> beterraba e vagem cozida	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Sobrecoxa picadinha em molho <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e brócolis cozido	Arroz integral pastoso Grão de bico com caldo Iscas bovinas refogada com cabotia <u>Salada:</u> Abobrinha e beterraba cozida	Feriado	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne Suína cubos refogada <u>Salada:</u> brócolis e beterraba cozida
<b>REFEIÇÃO III</b> Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*		Frutas*
<b>REFEIÇÃO IV</b> Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz integral Feijão preto Strogonoffe (peito de frango+nata) Salada: cenoura cozida	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Tulipa assada Batata cozida Salada: chuchu e brócolis cozido		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				
		478,56kcal	66g 56%	22g 19%				

\*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..



Documento assinado digitalmente

ALESSANDRA NELSI WEBER

Data: 22/04/2024 14:41:16-0300

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

**Alessandra Nelsi Weber**  
**Nutricionista CRN10 3469**



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)

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



\*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 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

**MAIO DE 2024**

Primeira semana	2ª FEIRA (06/05)	3ª FEIRA (07/05)	4ª FEIRA (08/05)	5ª FEIRA (09/05)	6ª FEIRA (10/05)			
<b>REFEIÇÃO I</b> Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Ovo cozido Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão de milho com pasta de amendoim Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão de milho com doce de fruta Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo integral Chá de casca de abacaxi			
<b>REFEIÇÃO II</b> Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Polenta mole Sobrecoxa de frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho beterraba cozida	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída refogada Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura e vagem cozida	Sopa de feijão preto com carne gado, batata e macarrão	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido Batata doce assada com temperos naturais <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, beterraba e brócolis cozido			
<b>REFEIÇÃO III</b> Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
<b>REFEIÇÃO IV</b> Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e chuchu cozido	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Pepino fatiado, chuchu e brócolis cozido	Bolo salgado integral Leite puro ou com cacau	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. Folhas de repolho, couve folha. Cenoura, batata, chuchu, aipim, arroz e frango			
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>	<b>Vit. A</b> <b>(mcg)</b>	<b>Vit. C</b> <b>(mg)</b>	<b>Ca</b> <b>(mg)</b>	<b>Fe</b> <b>(mg)</b>
		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, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, caqui, melão, morango, pêra, bergamota e abacate

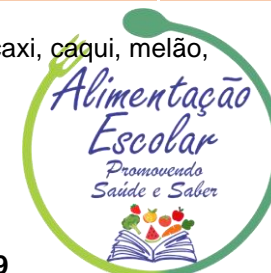
\*\* As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

**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 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

**MAIO DE 2024**

Segunda semana	2ª FEIRA (13/05)	3ª FEIRA (14/05)	4ª FEIRA (15/05)	5ª FEIRA (16/05)	6ª FEIRA (17/05)			
<b>REFEIÇÃO I</b> Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão integral com pasta de amendoim e cacau Chá de casca de abacaxi	Frutas* Pão integral com doce de frutas Chá	Frutas* Nega Maluca de feijão Leite puro ou com cacau			
<b>REFEIÇÃO II</b> Manhã (09:30 às 11:15)	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha, cenoura, batata, aipim, e frango	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Tulipa assada Purê de batata <u>Salada:</u> Repolho, couve flor e vagem cozida	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotia <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido	Arroz integral pastoso com couve folha Feijão preto com caldo Filé de tilápia assado com batata <u>Salada:</u> Alface, beterraba e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Fígado bovino refogado Couve folha refogada <u>Salada:</u> Alface, pepino ralado e cenoura cozida,			
<b>REFEIÇÃO III</b> Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
<b>REFEIÇÃO IV</b> Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína cubos picadinho <u>Salada:</u> Alface, pepino ralado e couve flor e chuchu cozido.	Bolo de amendoim Leite com cacau	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabutiá <u>Salada:</u> Acelga, repolho e cenoura cozida	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Alface, tomate, repolho e beterraba cozida	Sopa de feijão preto com batata e macarrão Laranja			
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b> 55% a 65% do VET	<b>PTN (g)</b> 10% a 15% do VET	<b>LPD (g)</b> 25% a 35% do VET	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	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, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, caqui, melão, morango, pêra, bergamota e abacate

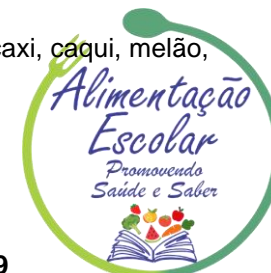
\*\* As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

**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 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

**MAIO DE 2024**

Terceira semana	2ª FEIRA (20/05)	3ª FEIRA (21/05)	4ª FEIRA (22/05)	5ª FEIRA (23/05)	6ª FEIRA (24/05)			
<b>REFEIÇÃO I</b> Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Torta de Farofa com aveia, maçã e banana Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão com pasta de amendoim Leite puro ou com canela	Frutas* Pão caseiro Omelete Suco de uva aquecido	Frutas* Bolo de ameixa seca e uva passa Leite puro ou com cacau			
<b>REFEIÇÃO II</b> Manhã (09:30 às 11:15)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Risoto de arroz integral, molho de sobrecoxa de frango com cabotia <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura cozida	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Omelete de forno com ora pro nobis <u>Salada:</u> Repolho, brócolis e cenoura cozida	Feijão preto Canjiquinha com carne de porco em cubos <u>Salada:</u> Alface, couve flor e repolho cozido	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne bovina picadinha <u>Salada:</u> Acelga, beterraba e vagem cozida			
<b>REFEIÇÃO III</b> Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
<b>REFEIÇÃO IV</b> Tarde (14:30 às 16:40)	Macarrão com molho de coração <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Arroz integral Feijão vermelho com caldo Coxinha assada com batata <u>Salada:</u> Alface, repolho, chuchu cozido	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Filé de tilapia assada <u>Salada:</u> Alface, rabanete, beterraba e vagem cozida	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja			
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)	<b>Energia</b> (Kcal)	<b>CHO</b> (g)	<b>PTN</b> (g)	<b>LPD</b> (g)	<b>Vit. A</b> (mcg)	<b>Vit. C</b> (mg)	<b>Ca</b> (mg)	<b>Fe</b> (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	710kcal	110g	31g	20g	643,68mcg	57,60mg	237,46mg	3,71mg

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

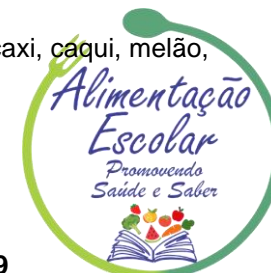
\*\* As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

**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 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

**MAIO DE 2024**

Quarta semana	2ª FEIRA (27/05)	3ª FEIRA (28/05)	4ª FEIRA (29/05)	5ª FEIRA (30/05)	6ª FEIRA (31/05)			
<b>REFEIÇÃO I</b> Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Omelete Batata doce assada Leite puro ou com canela	Frutas* Bolo de tomate Leite puro ou com canela	Frutas* Pão integral com nata Leite puro ou com cacau		Frutas* Bolo de banana com aveia e frutas secas Leite puro ou com cacau			
<b>REFEIÇÃO II</b> 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 Sobrecoxa picadinha em molho <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e brócolis cozido	Arroz integral pastoso Grão de bico com caldo Iscas bovinas refogada com cabotia <u>Salada:</u> Alface, repolho, abobrinha e beterraba cozida	Feriado	Arrozl pastoso Feijão preto com caldo Carne Suína cubos refogada Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba cozida			
<b>REFEIÇÃO III</b> Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*		Frutas*			
<b>REFEIÇÃO IV</b> Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz integral Feijão preto Strogonoffe (peito de frango+nata) Salada: Pepino fatiado e cenoura cozida	Bolinho de beterraba e carne moída Leite com cacau	Tulipa assada Batata cozida Salada: Alface, chuchu e brócolis cozido		Sopa de feijão com batata e arroz Laranja			
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)	<b>Energia</b> (Kcal)	<b>CHO</b> (g)	<b>PTN</b> (g)	<b>LPD</b> (g)	<b>Vit. A</b> (mcg)	<b>Vit. C</b> (mg)	<b>Ca</b> (mg)	<b>Fe</b> (mg)
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>				
		707,14kcal	103g	30g				
		58%	17%	25%				

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

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

**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.



Documento assinado digitalmente

ALESSANDRA NELSI WEBER

Data: 22/04/2024 14:41:16-0300

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

**MAIO DE 2024**

Primeira semana	2ª FEIRA (06/05)	3ª FEIRA (07/05)	4ª FEIRA (08/05)	5ª FEIRA (09/05)	6ª FEIRA (10/05)
<b>REFEIÇÃO II</b> <b>Manhã (09:30 às 11:15)</b>	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido Frutas*	Polenta mole Sobrecoxa de frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho beterraba cozida Frutas*	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída refogada Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura e vagem cozida Frutas*	Sopa de feijão preto com carne gado, batata e macarrão Frutas*	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, beterraba e brócolis cozido Frutas*
<b>REFEIÇÃO IV</b> <b>Tarde (14:30 às 16:40)</b>	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e chuchu cozido Frutas*	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Pepino fatiado, chuchu e brócolis cozido Frutas*	Bolo salgado integral Leite puro ou com cacau Frutas*	Feijão carioca com caldo Arroz pastoso Strogonofe de carne (iscas e nata) Batata cozida <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada e brócolis cozido Frutas*	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha. Cenoura, batata, chuchu aipim, arroz e frango Frutas*
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>	
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>	
		273,69kcal	42g 61%	12g 18%	10g 32%

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

**MAIO DE 2024**

Segunda semana	2ª FEIRA (13/05)	3ª FEIRA (14/05)	4ª FEIRA (15/05)	5ª FEIRA (16/05)	6ª FEIRA (17/05)
<b>REFEIÇÃO II</b> <b>Manhã (09:30 às 11:15)</b>	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha, cenoura, batata, aipim, e frango Frutas*	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Tulipa assada Purê de batata <u>Salada:</u> Repolho, couve flor e vagem cozida Frutas*	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotia <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido Frutas*	Arroz integral pastoso com couve folha Feijão preto com caldo Filé de tilápia assado com batata <u>Salada:</u> Alface, beterraba e brócolis cozido Frutas*	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Fígado refogado Couve folha refogada <u>Salada:</u> Alface, pepino ralado e cenoura cozida Frutas*
<b>REFEIÇÃO IV</b> <b>Tarde (14:30 às 16:40)</b>	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína cubos picadinho <u>Salada:</u> Alface, pepino ralado e couve flor e chuchu cozido Frutas*	Bolo de amendoim Leite com cacau Frutas*	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabutiá <u>Salada:</u> Acelga, repolho e cenoura cozida Frutas*	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Alface, tomate, repolho e beterraba cozida Frutas*	Sopa de feijão preto com batata e macarrão Laranja Frutas*
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>	
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>	
	277,84kcal	38g 55%	11g 16%	10g 33%	

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

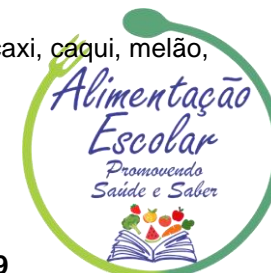
\*\* As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

**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 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

**MAIO DE 2024**

Terceira semana	2ª FEIRA (20/05)	3ª FEIRA (21/05)	4ª FEIRA (22/05)	5ª FEIRA (23/05)	6ª FEIRA (24/05)
<b>REFEIÇÃO II</b> <b>Manhã (09:30 às 11:15)</b>	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido Frutas*	Risoto de arroz integral, molho de sobrecoxa de frango com cabotia <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura cozida Frutas*	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Omelete de forno com ora pro nobis <u>Salada:</u> Repolho, brócolis e cenoura cozida Frutas*	Arroz pastoso com couve folha Feijão preto Canjiquinha com carne de porco em cubos <u>Salada:</u> Alface, couve flor e repolho cozido Frutas*	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne bovina picadinha <u>Salada:</u> Acelga, beterraba e vagem cozida Frutas*
<b>REFEIÇÃO IV</b> <b>Tarde (14:30 às 16:40)</b>	Macarrão com molho de coração <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido Frutas*	Arroz integral Feijão vermelho com caldo Coxinha assada com batata <u>Salada:</u> Alface, repolho, chuchu cozido Frutas	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Filé de tilapia assada <u>Salada:</u> Alface, rabanete, beterraba e vagem cozida Frutas*	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango Frutas*	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja Frutas**
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>	
		271,50kcal	38g	12g	10g
		57%	18%	32%	

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

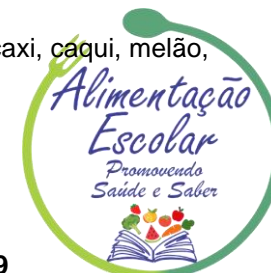
\*\* As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

**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 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

**MAIO DE 2024**

Quarta semana	2ª FEIRA (27/05)	3ª FEIRA (28/05)	4ª FEIRA (29/05)	5ª FEIRA (30/05)	6ª FEIRA (31/05)
<b>REFEIÇÃO II</b> <b>Manhã (09:30 às 11:15)</b>	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida Frutas*	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Sobrecoca picadinha em molho <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e brócolis cozido Frutas*	Arroz integral pastoso Grão de bico com caldo Isclas bovinas refogada com cabotia <u>Salada:</u> Alface, repolho, abobrinha e beterraba cozida Frutas*	Feriado	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne Suína cubos refogada Farofa de ora pro nobis <u>Salada:</u> Alface, brócolis e beterraba cozida Frutas*
<b>REFEIÇÃO IV</b> <b>Tarde (14:30 às 16:40)</b>	Arroz integral Feijão preto Strogonoffe (peito de frango+nata) <u>Salada:</u> Pepino fatiado e cenoura cozida Frutas*	Bolinho de beterraba e frango Leite com cacau Frutas*	Tulipa assada Batata cozida <u>Salada:</u> Alface, chuchu e brócolis cozido Frutas*		Sopa de feijão com batata e arroz Laranja Frutas*
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>	
	273,33kcal	37g 55%	12g 17%	9g 29%	

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



Documento assinado digitalmente  
ALESSANDRA NELSI WEBER  
Data: 22/04/2024 14:41:17-0300  
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

**Alessandra Nelsi Weber**  
**Nutricionista CRN10 3469**

