

**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

FEVEREIRO DE 2025

Segunda semana	2ª FEIRA (10/02)	3ª FEIRA (11/02)	4ª FEIRA (12/02)	5ª FEIRA (13/02)	6ª FEIRA (14/02)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão com doce de frutas Leite Materno/ Leite/fórmula	Frutas* Bolo salgado integral com aveia Leite Materno/ Leite/fórmula	Frutas* Pão de polvilho Leite Materno/ Leite/fórmula	Frutas* Wafler doce Leite Materno/ Leite/fórmula	Frutas* Bolo de tomate Leite Materno/ Leite/fórmula			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Tomate e beterraba cozida	Risoto de arroz integral <u>Salada:</u> brócolis cozidos	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída refogada <u>Salada:</u> cenoura e vagem cozida	Arroz colorido Grão de bico com caldo Filé de tilápia assado <u>Salada:</u> tomate, beterraba e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> beterraba e brócolis cozidos			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Sopa de feijão com carne bovina, batata, cenoura e macarrão Laranja ou bergamota	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Fígado acebolado <u>Salada:</u> couve flor cozido	Macarrão integral à bolonhesa Salada: Pepino fatiado 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, arroz e frango	Frutas* Ovo cozido Batata cozida Salada: Cenoura 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				
		475,57kcal	74g	20g				
		62%	17%	30%				

** Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, 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 livres de açúcar, Gordura *Trans* e ultraprocessados

Caso necessário for servir frutas no final de cada período.



Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
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

FEVEREIRO DE 2025

Terceira semana	2ª FEIRA (17/02)	3ª FEIRA (18/02)	4ª FEIRA (19/02)	5ª FEIRA (20/02)	6ª FEIRA (21/02)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Aveia em flocos Pão caseiro com pasta de amendoim Leite Materno/ Leite/fórmula	Frutas* Pão de polvilho Leite Materno/ Leite/fórmula	Frutas* Aveia em flocos Batata doce assada Leite Materno/ Leite/fórmula	Frutas* Bolo Salgado integral Leite Materno/ Leite/fórmula	Frutas* Bolo de aveia Batida de leite com banana e mamão/leite materno/fórmula			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão integral à bolonhesa Salada: brócolis cozidos	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Tulipa assada <u>Salada:</u> brócolis cozidos	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína cubos picadinho Aipim cozido <u>Salada:</u> cenoura cozida,	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Moela em molho Purê de batata <u>Salada:</u> couve flor e vagem cozida	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotiá <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Filé de tilápia assada <u>Salada:</u> beterraba e brócolis cozidos	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, arroz e frango	Sopa de feijão preto com batata e macarrão Laranja	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Tomate e beterraba cozida	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabotiá <u>Salada:</u> couve flor 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 livres de açúcar, Gordura *Trans* e ultraprocessados

Caso necessário for servir frutas no final de cada período.



Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
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

FEVEREIRO DE 2025

Quarta semana	2ª FEIRA (24/02)	3ª FEIRA (25/02)	4ª FEIRA (26/02)	5ª FEIRA (27/02)	Quarta semana			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho Batida de leite com banana e mamão	Frutas* Torta de Farofa com aveia, maçã e banana Leite Materno/ Leite/fórmula	Frutas* Omelete Pão integral Leite Materno/ Leite/fórmula	Frutas* Bolo de tomate Leite Materno/ Leite/fórmula	Frutas* Bolo salgado integral Leite Materno/ Leite/fórmula			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate e brócolis cozidos	Arroz pastoso Lentilha com caldo Frango em molho <u>Salada:</u> beterraba e vagem cozida	Polenta Molho de frango <u>Salada:</u> beterraba cozida	Arroz Feijão Fígado bovino refogado <u>Salada:</u> couve flor cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Moela em molho <u>Salada:</u> brócolis e cenoura cozida			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Risoto de coração de frango com cabotiá <u>Salada:</u> cenoura cozida	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja	Polenta com molho de frango <u>Salada:</u> brócolis cozidos	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão e frango			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
		476,81kcal	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 livres de açúcar, Gordura *Trans* e ultraprocessados

Caso necessário for servir frutas no final de cada período.



Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469

GUIA ALIMENTAR PARA CRIANÇAS BRASILEIRAS MENORES DE 02 ANOS, DISPONÍVEL EM:

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. 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 an.

** 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.

gov.br

Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 29/01/2025 09:02:23-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>



Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
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

FEVEREIRO DE 2025

Segunda semana	2ª FEIRA (10/02)	3ª FEIRA (11/02)	4ª FEIRA (12/02)	5ª FEIRA (13/02)	6ª FEIRA (14/02)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão com doce de frutas Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Wafler doce Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de tomate Leite puro ou com cacau			
REFEIÇÃO II Manhã (10:00 às 11:15)	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida	Risoto de arroz integral <u>Salada:</u> Acelga, repolho e brócolis cozidos	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída refogada Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura e vagem cozida	Arroz colorido Grão de bico com caldo Filé de tilápia assado <u>Salada:</u> Alface, tomate, beterraba e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, beterraba e brócolis cozido			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Sopa de feijão com carne bovina, batata, cenoura e macarrão Laranja ou bergamota	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Fígado acebolado <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, pepino fatiado e couve flor cozido	Macarrão integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Pepino fatiado 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, arroz e frango	Frutas* Bolo de aveia Leite puro ou com cacau			
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

** 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 livres de açúcar adicionado, 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 Responsável Técnica
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

FEVEREIRO DE 2025

Terceira semana	2ª FEIRA (17/02)	3ª FEIRA (18/02)	4ª FEIRA (19/02)	5ª FEIRA (20/02)	6ª FEIRA (21/02)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Aveia em flocos Pão caseiro com pasta de amendoim Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Aveia em flocos Batata doce assada Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo Salgado integral Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de aveia Batida de leite com banana e mamão			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão integral à bolonhesa Salada: Pepino fatiado e brócolis cozido	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Tulipa assada <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada e brócolis cozido	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína cubos picadinho Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface, pepino ralado e cenoura cozida,	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Moela em molho Purê de batata <u>Salada:</u> Repolho, couve flor e vagem cozida	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotiá <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Filé de tilápia assada <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, beterraba 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, arroz e frango	Sopa de feijão preto com batata e macarrão Laranja	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabotiá <u>Salada:</u> Acelga, repolho e couve flor cozida			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	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

** 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 livres de açúcar adicionado, 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 Responsável Técnica
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

FEVEREIRO DE 2025

Quarta semana	2ª FEIRA (24/02)	3ª FEIRA (25/02)	4ª FEIRA (26/02)	5ª FEIRA (27/02)	6ª FEIRA (28/02)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho Batida de leite com banana e mamão	Frutas* Torta de Farofa com aveia, maçã e banana Leite puro ou com cacau	Frutas* Omelete Pão integral Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de tomate Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral Leite puro ou com cacau			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Arroz pastoso Lentilha com caldo Frango em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho, beterraba e vagem cozida	Polenta Molho de frango <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, beterraba cozida e repolho	Arroz Feijão Fígado bovino refogado <u>Salada:</u> alface, vagem cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, brócolis e cenoura cozida			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Risoto de coração de frango com cabotia <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura cozida	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja	Polenta com molho de frango <u>Salada:</u> Repolho 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, macarrão 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				
		710kcal	110g	31g				
		63%	17%	26%				

*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 livres de açúcar adicionado, 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: 29/01/2025 09:02:22-0300

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

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

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

FEVEREIRO DE 2025

Segunda semana	2ª FEIRA (10/02)	3ª FEIRA (11/02)	4ª FEIRA (12/02)	5ª FEIRA (13/02)	6ª FEIRA (14/02)			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida Frutas*	Risoto de arroz integral <u>Salada:</u> Acelga, repolho e brócolis cozidos 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*	Arroz colorido Grão de bico com caldo Filé de tilápia assado <u>Salada:</u> Alface, tomate, beterraba e chuchu cozido Frutas*	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, beterraba e brócolis cozido Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Sopa de feijão com carne bovina, batata, cenoura e macarrão Laranja ou bergamota Frutas*	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Fígado acebolado <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, pepino fatiado e couve flor cozido Frutas*	Macarrão integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Pepino fatiado e brócolis cozido Frutas*	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, arroz e frango Frutas*	Frutas* Bolo de aveia Leite puro ou com cacau Frutas*			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET				
	273kcal	42g 64%	12g 18%	7g 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 livres 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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

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

FEVEREIRO DE 2025

Terceira semana	2ª FEIRA (17/02)	3ª FEIRA (18/02)	4ª FEIRA (19/02)	5ª FEIRA (20/02)	6ª FEIRA (21/02)	
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido Frutas*	Arroz pastoso Lentilha com caldo Frango em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho, beterraba e vagem cozida Frutas*	Polenta Molho de frango <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, beterraba cozida e repolho Frutas*	Arroz Feijão Fígado bovino refogado <u>Salada:</u> alface, vagem cozida Frutas*	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, brócolis e cenoura cozida Frutas*	
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido Frutas*	Risoto de coração de frango com cabotiá <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura cozida Frutas*	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja Frutas*	Polenta com molho de frango <u>Salada:</u> Repolho e brócolis cozido Frutas*	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão e frango Frutas*	
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		
	273kcal	42g 59%	12g 17%	7g 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 livres 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 Responsável Técnica
CRN10 3469

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

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

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

FEVEREIRO DE 2025

Quarta semana	2ª FEIRA (24/02)	3ª FEIRA (25/02)	4ª FEIRA (26/02)	5ª FEIRA (27/02)	6ª FEIRA (28/02)		
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido Frutas*	Arroz pastoso Lentilha com caldo Sobrecoca em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho, beterraba e vagem cozida Frutas*	Polenta Molho de frango <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, beterraba cozida e repolho Frutas*	Arroz Feijão Fígado bovino refogado <u>Salada:</u> alface, vagem cozida Frutas*	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> Alface, brócolis e cenoura cozida Frutas*		
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido Frutas*	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja Frutas*	Risoto de coração de frango com cabotiá <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura cozida Frutas*	Polenta com molho de frango <u>Salada:</u> Repolho e brócolis cozido Frutas*	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre Folhas de repolho, couve folha, espinafre Cenoura, batata, macarrão e frango Frutas*		
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			
	271,50kcal	38g	12g	10g			
		57%	18	32%			



*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 livres 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: 29/01/2025 09:02:22-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
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: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

FEVEREIRO DE 2025

Segunda semana	2ª FEIRA (10/02)	3ª FEIRA (11/02)	4ª FEIRA (12/02)	5ª FEIRA (13/02)	6ª FEIRA (14/02)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão com doce de frutas Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Wafler doce Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de tomate Leite puro ou com cacau			
REFEIÇÃO II Manhã (10:00 às 11:15)	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida	Risoto de arroz integral <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	Arroz colorido Grão de bico com caldo Filé de tilápia assado <u>Salada:</u> Alface, tomate, beterraba e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, beterraba e brócolis cozido			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Sopa de feijão com carne bovina, batata, cenoura e macarrão Laranja ou bergamota	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Fígado acebolado <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, pepino fatiado e couve flor cozido	Macarrão integral à bolonhesa <u>Salada:</u> Pepino fatiado 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, arroz e frango	Frutas* Bolo de aveia Leite puro ou com cacau			
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 livres 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 Responsável Técnica
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: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

FEVEREIRO DE 2025

Terceira semana	2ª FEIRA (17/02)	3ª FEIRA (18/02)	4ª FEIRA (19/02)	5ª FEIRA (20/02)	6ª FEIRA (21/02)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Aveia em flocos Pão caseiro com pasta de amendoim Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Aveia em flocos Batata doce assada Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo Salgado integral Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de aveia Batida de leite com banana e mamão			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão integral à bolonhesa Salada: Pepino fatiado e brócolis cozido	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Tulipa assada <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada e brócolis cozido	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína cubos picadinho Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface, pepino ralado e cenoura cozida,	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Moela em molho Purê de batata <u>Salada:</u> Repolho, couve flor e vagem cozida	Arroz integral Feijão preto com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotiá <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Filé de tilápia assada <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, beterraba 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, arroz e frango	Sopa de feijão preto com batata e macarrão Laranja	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabotiá <u>Salada:</u> Acelga, repolho e couve flor 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.

Todas as preparações são livres 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 Responsável Técnica
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: Usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais

FEVEREIRO DE 2025

Quarta semana	2ª FEIRA (24/02)	3ª FEIRA (25/02)	4ª FEIRA (26/02)	5ª FEIRA (27/02)	6ª FEIRA (28/02)			
REFEIÇÃO I Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho Batida de leite com banana e mamão	Frutas* Torta de Farofa com aveia, maçã e banana Leite puro ou com cacau	Frutas* Omelete Pão integral Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de tomate Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral Leite puro ou com cacau			
REFEIÇÃO II Manhã (09:30 às 11:15)	Macarrão à bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Arroz pastoso Lentilha com caldo Frango em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho, beterraba e vagem cozida	Polenta Molho de frango <u>Salada:</u> Abobrinha ralada, beterraba cozida e repolho	Arroz Feijão Fígado bovino refogado <u>Salada:</u> alface, vagem cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, brócolis e cenoura cozida			
REFEIÇÃO III Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*			
REFEIÇÃO IV Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Risoto de coração de frango com cabotiá <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura cozida	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja	Polenta com molho de frango <u>Salada:</u> Repolho 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, macarrão e frango			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LPD (g) 25% a 35% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	710kcal	110g	31g	20g	643,68mcg	57,60mg	237,46mg	3,71mg
		63%	17%	26%				

*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 livres 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
gov.br ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 29/01/2025 09:02:22-0300
Verifique em <https://validar.iti.gov.br>

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469