SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** *(7 - 12 meses)* **PERÍODO INTEGRAL**

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

MARÇO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (02/03)	3ª FEIRA (03/03)	4ª FEIRA (04/03)	5ª FEIRA (05/03)	6ª FEIRA (06/03)
REFEIÇÃO I	Fruta* Leite materno ou Fórmula infantil Pão de polvilho	Fruta* Leite materno ou Fórmula infantil Ovo cozido	Fruta* Leite materno ou Fórmula infantil Pão integral com pasta de amendoim e cacau	Fruta* Leite materno ou Fórmula infantilu Bolo salgado com aveia	Fruta* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo de amendoim
REFEIÇÃO II	Risoto de frango Salada: chuchu cozido	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Frango assado Purê de batata Salada: beterraba cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína moída em molho Aipim cozido Salada: couve flor cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotia Salada: cenoura cozida	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Ovo cozido Salada: brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil
REFEIÇÃO IV	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*
REFEIÇÃO V	Arroz integral Feijão preto com caldo Moela em molho Salada: Vagem cozida	Polenta mole Carne moída em molho Salada:repolho cozido	Macarrão com carne suína moída Salada: Brócolis cozido	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata e macarrão	Sopa de legumes com macarrão e frango
REFEIÇÃO VI	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil

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				
	479kcal	69g	23g	16g	242,07mcg	26,07mg	185,46mg	2,14mg
		57%	19%	31%				

*Considerar no mínimo 2 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento.

Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente Leite Materno ou fórmula infantil nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno.

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

INCENTIVAR A AUTONOMIA ALIMENTAR, DEIXAR AS CRIANÇAS TOCAREM OS ALIMENTOS COM AS MÃOS E SE ALIMENTAREM SOZINHA, SEMPRE COM SUPERVISÃO.

** 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
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** *(7 - 12 meses)* **PERÍODO INTEGRAL**

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

MARÇO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (09/03)	3ª FEIRA (10/03)	4ª FEIRA (11/03)	5ª FEIRA (12/03)	6ª FEIRA (13/03)
REFEIÇÃO I	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Wafler com massa de bolo de banana	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão de polvilho	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Ovo cozido	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo de tomate	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo salgado integral com aveia
REFEIÇÃO II	Polenta mole Frango em molho Salada: chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Iscas de carne bovina em molho Salada: beterraba cozida	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída em molho Salada: couve flor cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Fígado refogado Aipim cozido Salada: cenoura cozida	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Frango em molho Salada: brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil
REFEIÇÃO IV	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO V	Arroz colorido Feijão carioca com caldo Carne bovina com cabutiá Salada: Vagem cozida	Macarronada com molho de tomate Tulipa Assada Salada: repolho cozido	Risoto com arroz integral de frango Salada: Brócolis cozido	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Carne suína moída em molho Salada: chuchu cozido	Sopa de legumes com macarrão e frango
REFEIÇÃO VI	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil

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				
	475,51	66g	23g	15g	190,20mcg	30,10mg	179,35mg	2,31mg
		65%	19%	28%				

*Considerar no mínimo 2 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento.

Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente Leite Materno ou fórmula infantil nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno.

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

INCENTIVAR A AUTONOMIA ALIMENTAR, DEIXAR AS CRIANÇAS TOCAREM OS ALIMENTOS COM AS MÃOS E SE ALIMENTAREM SOZINHA, SEMPRE COM SUPERVISÃO.

** 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
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** *(7 - 12 meses)* **PERÍODO INTEGRAL**

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

MARÇO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (16/03)	3ª FEIRA (17/03)	4ª FEIRA (18/03)	5ª FEIRA (19/03)	6ª FEIRA (20/03)
REFEIÇÃO I	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Batata doce assada Ovo Cozido	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Torta Farofa com aveia, maçã e banana	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão integral com doce de fruta	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo salgado Integral	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Nega maluca de feijão
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Lentilha com caldo Carne bovina picadinha Salada: huchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão carioca com caldo Carne Suína picadinha Salada: beterraba cozida	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Moela em molho Salada: couve flor cozida	Arroz integral pastoso Feijão carioca com caldo Figado Acebolado Salada: cenoura cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido Salada: brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil
REFEIÇÃO IV	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO V	Macarrão integral a bolonhesa Salada: Vagem cozida,	Polenta com molho de frango Salada: repolho cozido	Bolo de abóbora cabotiá Leite com cacau	Sopa de feijão preto com arroz e batata	Risoto integral de coração de frango com cabotiá Salada: chuchu cozido
REFEIÇÃO VI	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil

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				
	475,15kcal	69g	23g	14g	191,92mcg	23,92mg	185,47mg	2,37mg
		59%	19%	27%				

*Considerar no mínimo 2 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento.

Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente Leite Materno ou fórmula infantil nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno.

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

INCENTIVAR A AUTONOMIA ALIMENTAR, DEIXAR AS CRIANÇAS TOCAREM OS ALIMENTOS COM AS MÃOS E SE ALIMENTAREM SOZINHA, SEMPRE COM SUPERVISÃO.

** 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
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** *(7 - 12 meses)* **PERÍODO INTEGRAL**

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

MARÇO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (23/03)	3ª FEIRA (24/03)	4ª FEIRA (25/03)	5ª FEIRA (26/03)	6ª FEIRA (27/03)
REFEIÇÃO I	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Wafler de massa de bolo de farinha de milho	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo salgado Integral com aveia	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão caseiro com nata	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo de banana com aveia e frutas secas	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão de polvilho de aipim
REFEIÇÃO II	Macarrão com molho de carne suina moída Carne moída refogada Salada: chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne bovina refogada com cabotiá Salada: beterraba cozida	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Batata cozida com molho de carne moída Salada: couve flor cozida	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Tulipa assada Salada: cenoura cozida	Risoto integral de coxinha de frango Abobrinha refogada com batata salsa Salada: brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil
REFEIÇÃO IV	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO V	Arroz pastoso Feijão Preto Costelinha assada Salada: repolho ralado	Sopa de legumes com macarrão e frango	Sopa de feijão com batata e arroz Laranja	Torta de aipim ou aipim cozido com molho de carne moída Salada: repolho cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Filé de tilápia assado Salada: chuchu cozido
REFEIÇÃO VI	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil

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	22g	14g	195,31mcg	25,87mg	182,21mg	2,09mg
		56%	19%	26%				

*Considerar no mínimo 2 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento.

Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente Leite Materno ou fórmula infantil nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno.

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

INCENTIVAR A AUTONOMIA ALIMENTAR, DEIXAR AS CRIANÇAS TOCAREM OS ALIMENTOS COM AS MÃOS E SE ALIMENTAREM SOZINHA, SEMPRE COM SUPERVISÃO.

** 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
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** *(7 - 12 meses)* **PERÍODO INTEGRAL**

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

MARÇO DE 2026

Quinta Semana	2ª FEIRA (30/03)	3ª FEIRA (31/03)	4ª FEIRA (01/04)	5ª FEIRA (02/04)	6ª FEIRA (03/04)
REFEIÇÃO I	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão de polvilho	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo de cenoura, banana e laranja	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão de milho com nata	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo de ora-pro-nóbis	
REFEIÇÃO II	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne Suína cubos picadinho Salada: chuchu cozido	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Sobrecoxa assada Purê de batata Salada: beterraba cozid	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Fígado de galinha em molho Salada: couve flor cozida	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Filé de tilápia assado com batata Salada: brócolis cozido	Sexta-Feira Santa
REFEIÇÃO III	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	
REFEIÇÃO IV	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	
REFEIÇÃO V	Sopa de legumes com macarrão e frango	Polenta mole Carne moída em molho Salada: Vagem cozida	Macarrão integral a bolonhesa Salada: repolho cozido	Sopa de feijão	
REFEIÇÃO VI	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	Leite materno ou Fórmula infantil	

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				
	415,18	104g	31g	21g	684,51mcg	51,56mg	236,48mg	3,50mg
		59%	17%	27%				

*Considerar no mínimo 2 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento.

Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente Leite Materno ou fórmula infantil nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno.

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

INCENTIVAR A AUTONOMIA ALIMENTAR, DEIXAR AS CRIANÇAS TOCAREM OS ALIMENTOS COM AS MÃOS E SE ALIMENTAREM SOZINHA, SEMPRE COM SUPERVISÃO.

** 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
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 18/02/2026 14:54:11-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

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

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



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** (*1 - 3 anos*) **PERÍODO INTEGRAL**

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

MARÇO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (02/03)	3ª FEIRA (03/03)	4ª FEIRA (04/03)	5ª FEIRA (05/03)	6ª FEIRA (06/03)
REFEIÇÃO I	Fruta* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Fruta* Ovo cozido Batida de banana e maçã	Fruta* Pão integral com pasta de amendoim e cacau Leite com cacau	Fruta* Bolo salgado com aveia Leite puro ou com cacau	Fruta* Bolo de amendoim Batida de leite, abacate e banana
REFEIÇÃO II	Risoto de frango Salada: rabanete e chuchu cozido	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Frango assado Purê de batata Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína moída em molho Aipim cozido Salada: alface e couve flor cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotia Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Ovo cozido Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*
REFEIÇÃO IV	Arroz integral Feijão preto com caldo Moela em molho Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Polenta mole Carne moída em molho Salada: Pepino e repolho cozido	Macarrão com carne suína moída Salada: Brócolis cozido e tomate fatiado	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata e macarrão	Bolo de tomate 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				
	708,55	166g	31g	21g	504,07mcg	57,55mg	230,88mg	3,63mg
		60%	17%	27%				

*Considerar 1 variedades diferentes de Fruta na Refeição I e 02 na Refeição III

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 Fruta para alunos que permanecem após as 17h*

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** *(1 - 3 anos)* **PERÍODO INTEGRAL**

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

MARÇO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (09/03)	3ª FEIRA (10/03)	4ª FEIRA (11/03)	5ª FEIRA (12/03)	6ª FEIRA (13/03)
REFEIÇÃO I	Fruta* Wafler com massa de bolo de banana Leite puro ou com cacau	Fruta* Pão de polvilho Batida de leite com mamão e banana	Fruta* Pão de milho com nata Ovo cozido Leite com cacau	Fruta* Bolo de tomate Iogurte natural batido com banana e morango congelado	Fruta* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Polenta mole Frango em molho Salada: rabanete e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Iscas de carne bovina em molho Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída em molho Farofa de ora-pro-nóbis Salada: alface e couve flor cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Fígado refogado Aipim cozido Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Frango em molho Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*
REFEIÇÃO IV	Arroz colorido Feijão carioca com caldo Carne bovina com cabutiá Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Macarronada com molho de tomate Tulipa Assada Salada: Pepino e repolho cozido	Risoto com arroz integral de frango Salada: Brócolis cozido e tomate fatiado	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Carne suína moída em molho Salada: Pepino e chuchu cozido	Sopa de legumes com 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				
	708,55	114g	32g	21g	334,81mcg	48,18mg	266,91mg	3,42mg
		64%	18%	27%				

*Considerar 1 variedades diferentes de Fruta na Refeição I e 02 na Refeição III

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 Fruta para alunos que permanecem após as 17h*

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** *(1 - 3 anos)* **PERÍODO INTEGRAL**

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

MARÇO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (16/03)	3ª FEIRA (17/03)	4ª FEIRA (18/03)	5ª FEIRA (19/03)	6ª FEIRA (20/03)
REFEIÇÃO I	Fruta* Batata doce assada Ovo Cozido Leite puro ou com cacau	Fruta* Torta Farofa com aveia, maçã e banana Leite puro ou com canela	Fruta* Pão integral com doce de fruta Batida de abacate	Fruta* Bolo salgado Integral Leite puro ou com cacau	Fruta* Nega maluca de feijão Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Lentilha com caldo Carne bovina picadinha Salada: rabanete e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão carioca com caldo Carne Suína picadinha Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Moela em molho Salada: alface e couve flor cozida	Arroz integral pastoso Feijão carioca com caldo Figado Acebolado Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*
REFEIÇÃO IV	Macarrão integral a bolonhesa Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Polenta com molho de frango Salada: Pepino e repolho cozido	Bolo de abóbora cabotiá Leite com cacau	Sopa de feijão preto com arroz e batata	Risoto integral de coração de frango com cabotiá Salada: Pepino e chuchu cozido

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	710kcal	110g	31g	20g	643,68mcg	57,60mg	237,46mg	3,71mg
		63%	17%	26%				

*Considerar 1 variedades diferentes de Fruta na Refeição I e 02 na Refeição III

** 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 Fruta para alunos que permanecem após as 17h*

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** *(1 - 3 anos)* **PERÍODO INTEGRAL**

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

MARÇO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (23/03)	3ª FEIRA (24/03)	4ª FEIRA (25/03)	5ª FEIRA (26/03)	6ª FEIRA (27/03)
REFEIÇÃO I	Fruta* Wafler de massa de bolo de farinha de milho Leite puro ou com cacau	Fruta* Bolo salgado Integral com aveia Leite puro ou com cacau	Fruta* Pão caseiro com nata Batida de banana com mamão	Fruta* Bolo de banana com aveia e frutas secas Leite puro ou com cacau	Fruta* Pão de polvilho de aipim Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Macarrão com molho de carne suina moída Carne moída refogada Salada: rabanete e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne bovina refogada com cabotiá Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Batata cozida com molho de carne moída Salada: alface e couve flor cozida	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Tulipa assada Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Risoto integral de coxinha de frango Abobrinha refogada com batata salsa Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*
REFEIÇÃO IV	Arroz pastoso Feijão Preto Costelinha assada Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Bolo de ora-pro-nóbis Leite com cacau	Sopa de feijão com batata e arroz Laranja	Torta de aipim ou aipim cozido com molho de carne moída Salada: Pepino e repolho cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Filé de tilápia assado Salada: Pepino e chuchu cozido

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	707,14kcal	103g	30g	20g	503,25mcg	52,59mg	253,83mg	3,31mg
		58%	17%	25%				

*Considerar 1 variedades diferentes de Fruta na Refeição I e 02 na Refeição III

** 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 Fruta para alunos que permanecem após as 17h*

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAPINZAL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** *(1 - 3 anos)* **PERÍODO INTEGRAL**

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

MARÇO E ABRIL DE 2026

Quinta Semana	2ª FEIRA (30/03)	3ª FEIRA (31/03)	4ª FEIRA (01/04)	5ª FEIRA (02/04)	6ª FEIRA (03/04)
REFEIÇÃO I	Fruta* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Fruta* Bolo de cenoura, banana e laranja Leite com cacau	Fruta* Pão de milho com nata Batida de abacate	Fruta* Bolo de ora-pro-nóbis Leite com cacau	
REFEIÇÃO II	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne Suína cubos picadinho Salada: rabanete e chuchu cozido	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Sobrecoxa assada Purê de batata Salada: Cenoura ralada e brócolis cozido	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Fígado de galinha em molho Salada: alface e couve flor cozida	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Filé de tilápia assado com batata Salada: Alface e beterraba cozido	Sexta-Feira Santa
REFEIÇÃO III	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*	
REFEIÇÃO IV	Sopa de legumes com macarrão e frango	Polenta mole Carne moída em molho Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Macarrão integral a bolonhesa Salada: Pepino e repolho cozido	Bolo de Beterraba Leite 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				
	708,55	114g 64%	32g 18%	21g 27%	334,81mcg	48,18mg	266,91mg	3,42mg

*Considerar 1 variedades diferentes de Fruta na Refeição I e 02 na Refeição III

** 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 Fruta para alunos que permanecem após as 17h*

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 18/02/2026 14:54:11-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

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

MARÇO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (02/03)	3ª FEIRA (03/03)	4ª FEIRA (04/03)	5ª FEIRA (05/03)	6ª FEIRA (06/03)
REFEIÇÃO I	Fruta* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Fruta* Ovo cozido Batida de banana e maçã	Fruta* Pão integral com pasta de amendoim e cacau Leite com cacau	Fruta* Bolo salgado com aveia Leite puro ou com cacau	Fruta* Bolo de amendoim Batida de leite, abacate e banana
REFEIÇÃO II	Risoto de frango Salada: rabanete e chuchu cozido	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Frango assado Purê de batata Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína moída em molho Aipim cozido Salada: alface e couve flor cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotia Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Ovo cozido Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*
REFEIÇÃO IV	Arroz integral Feijão preto com caldo Moela em molho Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Polenta mole Carne moída em molho Salada: Pepino e repolho cozido	Macarrão com carne suína moída Salada: Brócolis cozido e tomate fatiado	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata e macarrão	Bolo de tomate 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				
	708,55	166g	31g	21g	504,07mcg	57,55mg	230,88mg	3,63mg
		60%	17%	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 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
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

MARÇO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (09/03)	3ª FEIRA (10/03)	4ª FEIRA (11/03)	5ª FEIRA (12/03)	6ª FEIRA (13/03)
REFEIÇÃO I	Fruta* Wafler com massa de bolo de banana Leite puro ou com cacau	Fruta* Pão de polvilho Batida de leite com mamão e banana	Fruta* Pão de milho com nata Ovo cozido Leite com cacau	Fruta* Bolo de tomate Iogurte natural batido com banana e morango congelado	Fruta* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Polenta mole Frango em molho Salada: rabanete e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Iscas de carne bovina em molho Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída em molho Farofa de ora-pro-nóbis Salada: alface e couve flor cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Fígado refogado Aipim cozido Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Frango em molho Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*
REFEIÇÃO IV	Arroz colorido Feijão carioca com caldo Carne bovina com cabutiá Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Macarronada com molho de tomate Tulipa Assada Salada: Pepino e repolho cozido	Risoto com arroz integral de frango Salada: Brócolis cozido e tomate fatiado	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Carne suína moída em molho Salada: Pepino e chuchu cozido	Sopa de legumes com 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				
	708,55	114g	32g	21g	334,81mcg	48,18mg	266,91mg	3,42mg
		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 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
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

MARÇO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (16/03)	3ª FEIRA (17/03)	4ª FEIRA (18/03)	5ª FEIRA (19/03)	6ª FEIRA (20/03)
REFEIÇÃO I	Fruta* Batata doce assada Ovo Cozido Leite puro ou com cacau	Fruta* Torta Farofa com aveia, maçã e banana Leite puro ou com canela	Fruta* Pão integral com doce de fruta Batida de abacate	Fruta* Bolo salgado Integral Leite puro ou com cacau	Fruta* Nega maluca de feijão Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Lentilha com caldo Carne bovina picadinha Salada: rabanete e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão carioca com caldo Carne Suína picadinha Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Moela em molho Salada: alface e couve flor cozida	Arroz integral pastoso Feijão carioca com caldo Figado Acebolado Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*
REFEIÇÃO IV	Macarrão integral a bolonhesa Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Polenta com molho de frango Salada: Pepino e repolho cozido	Bolo de abóbora cabotiá Leite com cacau	Sopa de feijão preto com arroz e batata	Risoto integral de coração de frango com cabotiá Salada: Pepino e chuchu cozido

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	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.

** 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
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

MARÇO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (23/03)	3ª FEIRA (24/03)	4ª FEIRA (25/03)	5ª FEIRA (26/03)	6ª FEIRA (27/03)
REFEIÇÃO I	Fruta* Wafler de massa de bolo de farinha de milho Leite puro ou com cacau	Fruta* Bolo salgado Integral com aveia Leite puro ou com cacau	Fruta* Pão caseiro com nata Batida de banana com mamão	Fruta* Bolo de banana com aveia e frutas secas Leite puro ou com cacau	Fruta* Pão de polvilho de aipim Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Macarrão com molho de carne suina moída Carne moída refogada Salada: rabanete e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne bovina refogada com cabotiá Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Batata cozida com molho de carne moída Salada: alface e couve flor cozida	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Tulipa assada Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Risoto integral de coxinha de frango Abobrinha refogada com batata salsa Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*
REFEIÇÃO IV	Arroz pastoso Feijão Preto Costelinha assada Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Bolo de ora-pro-nóbis Leite com cacau	Sopa de feijão com batata e arroz Laranja	Torta de aipim ou aipim cozido com molho de carne moída Salada: Pepino e repolho cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Filé de tilápia assado Salada: Pepino e chuchu cozido

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	707,14kcal	103g	30g	20g	503,25mcg	52,59mg	253,83mg	3,31mg
		58%	17%	25%				

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento.

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

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

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

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

Alessandra N. 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

MARÇO DE 2026

Quinta Semana	2ª FEIRA (30/03)	3ª FEIRA (31/03)	4ª FEIRA (01/04)	5ª FEIRA (02/04)	6ª FEIRA (03/04)
REFEIÇÃO I	Fruta* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Fruta* Bolo de cenoura, banana e laranja Leite com cacau	Fruta* Pão de milho com nata Batida de abacate	Fruta* Bolo de ora-pro-nóbis Leite com cacau	
REFEIÇÃO II	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne Suína cubos picadinho Salada: rabanete e chuchu cozido	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Sobrecoxa assada Purê de batata Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Fígado de galinha em molho Salada: alface e couve flor cozida	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Filé de tilápia assado com batata Salada: Alface e brócolis cozido	Sexta-Feira Santa
REFEIÇÃO III	Fruta*	Fruta*	Fruta*	Fruta*	
REFEIÇÃO IV	Sopa de legumes com macarrão e frango	Polenta mole Carne moída em molho Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Macarrão integral a bolonhesa Salada: Pepino e repolho cozido	Bolo de Beterraba Leite 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				
	708,55	114g	32g	21g	334,81mcg	48,18mg	266,91mg	3,42mg
		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 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
Nutricionista Responsável Técnica
CRN10 3469

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 18/02/2026 14:54:12-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

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					
MARÇO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (02/03)**	**3ª FEIRA (03/03)**	**4ª FEIRA (04/03)**	**5ª FEIRA (05/03)**	**6ª FEIRA (06/03)**
REFEIÇÃO I	Risoto de frango Salada: rabanete e chuchu cozido Fruta	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Frango assado Purê de batata Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida Fruta	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína moída em molho Aipim cozido Salada: alface e couve flor cozida Fruta	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Carne bovina em iscas refogada com cabotia Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida Fruta	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Ovo cozido Salada: Alface e brócolis cozido Fruta
REFEIÇÃO II	Arroz integral Feijão preto com caldo Moela em molho Salada: Vagem cozida, repolho ralado Fruta	Polenta mole Carne moída em molho Salada: Pepino e repolho cozido Fruta	Macarrão com carne suína moída Salada: Brócolis cozido e tomate fatiado Fruta	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata e macarrão Fruta	Bolo de tomate Leite puro ou com cacau 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**
		273KCAL	42g	12g	7g
			61%	18%	25%

*Considerar, no mínimo, 2 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento.

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

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

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

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

MARÇO DE 2026

Segunda Semana	**2ª FEIRA (09/03)**	**3ª FEIRA (10/03)**	**4ª FEIRA (11/03)**	**5ª FEIRA (12/03)**	**6ª FEIRA (13/03)**
REFEIÇÃO I	Polenta mole Frango em molho Salada: rabanete e chuchu cozido Fruta	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Iscas de carne bovina em molho Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida Fruta	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Carne suína moída em molho Farofa de ora-pro-nóbis Salada: alface e couve flor cozida Fruta	Arroz pastoso Lentilha com caldo Fígado refogado Aipim cozido Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida Fruta	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Frango em molho Salada: Alface e brócolis cozido Fruta
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Feijão carioca com caldo Carne bovina com cabutiá Salada: Vagem cozida, repolho ralado Fruta	Macarronada com molho de tomate Tulipa Assada Salada: Pepino e repolho cozido Fruta	Risoto com arroz integral de frango Salada: Brócolis cozido e tomate fatiado Fruta	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Carne suína moída em molho Salada: Pepino e chuchu cozido Fruta	Sopa de legumes com macarrão 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**
	270KCAL	41g	10g	7g
		60%	15%	25%

*Considerar, no mínimo, 2 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento.

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

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

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

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

MARÇO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (14/04)	3ª FEIRA (15/04)	4ª FEIRA (16/04)	5ª FEIRA (17/04)	6ª FEIRA (18/04)
REFEIÇÃO I	Arroz colorido Lentilha com caldo Carne bovina picadinha Salada: rabanete e chuchu cozido Fruta	Arroz integral pastoso Feijão carioca com caldo Carne Suína picadinha Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida Fruta	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Moela em molho Salada: alface e couve flor cozida Fruta	Arroz integral pastoso Feijão carioca com caldo Figado Acebolado Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida Fruta	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Ovo cozido Salada: Alface e brócolis cozido Fruta
REFEIÇÃO II	Macarrão integral a bolonhesa Salada: Vagem cozida, repolho ralado Fruta	Polenta com molho de frango Salada: Pepino e repolho cozido Fruta	Bolo de abóbora cabotiá Leite com cacau Fruta	Sopa de feijão preto com arroz e batata Fruta	Risoto integral de coração de frango com cabotiá Salada: Pepino e chuchu cozido 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**
	271,50KCAL	38g	12g	10g
		57%	18%	32%

*Considerar, no mínimo, 2 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento.

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

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

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

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

MARÇO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (23/03)	3ª FEIRA (24/03)	4ª FEIRA (25/03)	5ª FEIRA (26/03)	6ª FEIRA (27/03)
REFEIÇÃO I	Macarrão com molho de carne suina moída Carne moída refogada Salada: rabanete e chuchu cozido Fruta	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Carne bovina refogada com cabotiá Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida Fruta	Arroz pastoso Feijão preto com caldo Batata cozida com molho de carne moída Salada: alface e couve flor cozida Fruta	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Tulipa assada Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida Fruta	Risoto integral de coxinha de frango Abobrinha refogada com batata salsa Salada: Alface e brócolis cozido Fruta
REFEIÇÃO II	Arroz pastoso Feijão Preto Costelinha assada Salada: Vagem cozida, repolho ralado Fruta	Bolo de ora-pro-nóbis Leite com cacau Fruta	Sopa de feijão com batata e arroz Laranja Fruta	Torta de aipim ou aipim cozido com molho de carne moída Salada: Pepino e repolho cozido Fruta	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Filé de tilápia assado Salada: Pepino e chuchu cozido 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**
	273,33KCAL	37g	12g	9g
		55%	17%	29%

*Considerar, no mínimo, 2 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento.

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

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

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

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

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

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

MARÇO DE 2026

Quinta Semana	2ª FEIRA (30/03)	3ª FEIRA (31/03)	4ª FEIRA (01/04)	5ª FEIRA (02/04)	6ª FEIRA (03/04)
REFEIÇÃO I	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne Suína cubos picadinho Salada: rabanete e chuchu cozido Fruta	Arroz colorido Feijão vermelho com caldo Sobrecoxa assada Purê de batata Salada: Cenoura ralada e brócolis cozido Fruta	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Fígado de galinha em molho Salada: alface e couve flor cozida Fruta	Arroz pastoso Feijão vermelho com caldo Filé de tilápia assado com batata Salada: Alface e beterraba cozida Fruta	Sexta-Feira Santa
REFEIÇÃO II	Sopa de legumes com macarrão e frango Fruta	Polenta mole Carne moída em molho Salada: Vagem cozida, repolho ralado Fruta	Macarrão integral a bolonhesa Salada: Pepino e repolho cozido Fruta	Bolo de Beterraba Leite com cacau 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**
	274 KCAL	36g	11g	9g
		56%	15%	28%

*Considerar, no mínimo, 2 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento.

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

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

Todas as preparações são livre de açúcar, gordura *trans* e alimentos ultraprocessados.

Caso necessário, 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: 18/02/2026 14:54:12-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica