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

MAIO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (04/05)	3ª FEIRA (05/05)	4ª FEIRA (06/05)	5ª FEIRA (07/05)	6ª FEIRA (08/05)
REFEIÇÃO I para os maiores adicionar a última preparação	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão de polvilho	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo salgado com aveia	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Ovo Cozido	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão nata e pasta de amendoim e cacau	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo de pasta de amendoim
REFEIÇÃO II	Arroz Feijão vermelho com caldo Carne moída com legumes Salada: cenoura e vagem cozida	Arroz integral Lentilha com caldo Moela em molho na pressão Salada: Vagem e chuchu cozido	Arroz com cenoura ralada Feijão carioca com caldo Costelinha suína assada Aipim cozido Salada: cenoura e vagem cozida	Arroz Feijoada(feijão preto, carne bovina e carne suina) Couve refogada Salada: Couve flor cozida	Arroz com acafrão Grão de bico com caldo Frango em molho Batata doce cozida Salada: beterraba e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Macarrão integral ao molho de frango Salada: Tomate e brócolis cozido	Polenta mole Carne moída em molho Salada: tomate e beterraba cozida	Risoto com frango Salada: cenoura cozida	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata e macarrão	Sopa nutritiva de legumes com macarrão e frango, folhas, talos, abóbora

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 3 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.

** 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

MAIO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (11/05)	3ª FEIRA (12/05)	4ª FEIRA (13/05)	5ª FEIRA (14/05)	6ª FEIRA (15/05)
REFEIÇÃO I para os maiores adicionar a última preparação	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Creme de aveia	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo de tomate	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Wafler de massa de bolo de banana com pasta de amendoim	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão nata e pasta de amendoim e cacau	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo salgado integral com aveia
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Feijão preto com caldo Carne bovina com cabutiá Salada: brócolis cozido	Arroz com açafrão Feijão vermelho com caldo Tulipa assada Salada: couve flor e vagem cozida	Arroz com couve folha Grão de bico com caldo Carne suína refogada Salada: Tomate, couve flor e chuchu cozido	Arroz integral Lentilha com caldo Filé de tilápia assado com batata doce Salada: beterraba e brócolis cozido	Arroz Feijão carioca com caldo Fígado bovino refogado Farofa de ora-pro-nóbis Salada: cenoura cozida
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Canjiquinha de Frango Salada: beterraba cozida e cenoura cozida	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha, cenoura, batata, aipim, e frango	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabutiá Salada: cenoura cozida	Polenta mole Frango em molho Salada: tomate e beterraba cozida	Sopa de feijão preto com batata e macarrão

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 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.

** 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

MAIO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (18/05)	3ª FEIRA (19/05)	4ª FEIRA (20/05)	5ª FEIRA (21/05)	6ª FEIRA (22/05)
REFEIÇÃO I para os maiores adicionar a última preparação	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Wafler de polvilho	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo de abóbora com casca	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo salgado de ora-pro-nóbis	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão caseiro Ovo cozido	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão com nata e doce de fruta
REFEIÇÃO II	Arroz Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha Salada: Beterraba e chuchu cozido	Arroz com cenoura Feijão preto com caldo Fígado acebolado Salada: brócolis e cenoura cozida	Arroz integral Feijão vermelho com caldo Frango assado com batata doce Salada: chuchu cozido	Feijão preto Canjiquinha com carne de porco em cubos Salada: couve flor e repolho cozido	Arroz com açafrão Lentilha com caldo Carne bovina picadinha Salada: beterraba e vagem cozida
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Macarrão com molho de coração Salada: Tomate, brócolis cozido	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Risoto de arroz integral, molho de sobrecoxa de frango com cabotia Salada: cenoura cozida	Arroz Grão de bico com caldo Filé de tilapia assada Salada: beterraba e vagem cozida	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata

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 3 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.

** 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

MAIO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (25/05)	3ª FEIRA (26/05)	4ª FEIRA (27/05)	5ª FEIRA (28/05)	6ª FEIRA (29/05)
REFEIÇÃO I para os maiores adicionar a última preparação	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Muffin de legumes	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Mingau de aveia	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Waffle de batata doce	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Pão caseiro com nata e pasta de amendoim com cacau	Frutas* Leite materno ou Fórmula infantil Bolo de banana com aveia e frutas secas
REFEIÇÃO II	Polenta mole Carne moída refogada Salada: beterraba e vagem cozida	Arroz Feijão carioca com caldo Sobrecoxa picadinha em molho Batata doce cozida Salada: Tomate, couve flor e brócolis cozido	Arroz com repolho picado Feijão preto com caldo Carne Suína cubos refogada Salada: brócolis e beterraba cozida	Arroz com açafrão Feijão carioca com caldo Filé de tilápia assada Salada: cenoura e vagem cozida	Arroz integral pastoso Grão de bico com caldo Iscas bovinas refogada com cabotia Salada: abobrinha e beterraba cozida
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Arroz integral Feijão preto Moela na pressão com legumes Salada: cenoura cozida	Sopa de agnoline, frango, legumes e batata	Yakissoba: Macarrão espaguete, peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface e beterraba ralada	Risoto integral frango Salada: Abobrinha refogada com batata salsa. Repolho	Sopa de feijão com batata e arroz

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 3 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.

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

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

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

Caso necessário for servir frutas no final de cada período.

gov.br Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 15/04/2026 11:12:54-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

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

MAIO DE 2025

Primeira semana	2ª FEIRA (04/05)	3ª FEIRA (05/05)	4ª FEIRA (06/05)	5ª FEIRA (07/05)	6ª FEIRA (08/05)
REFEIÇÃO I	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado com aveia Leite puro ou com cacau	Frutas* Ovo Cozido Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão nata e pasta de amendoim e cacau Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de pasta de amendoim Batida de leite, abacate e banana
REFEIÇÃO II	Arroz Feijão vermelho com caldo Carne moída com legumes Salada: cenoura e vagem cozida	Arroz integral Lentilha com caldo Moela em molho na pressão Salada: Vagem e chuchu cozido	Arroz com cenoura ralada Feijão carioca com caldo Costelinha suína assada Aipim cozido Salada: cenoura e vagem cozida	Arroz Feijoada(feijão preto, carne bovina e carne suina) Farofa de ora-pro-nóbis Couve refogada Salada: Couve flor cozida, repolho	Arroz com acafrão Grão de bico com caldo Frango em molho Batata doce cozida Salada: beterraba e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Macarrão integral ao molho de frango Salada: Tomate e brócolis cozido	Polenta mole Carne moída em molho Salada: tomate e beterraba cozida	Risoto com frango Salada: cenoura cozida	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata e macarrão	Sopa nutritiva de legumes com macarrão e frango, folhas, talos, abóbora

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				
	708,75	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 - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** *(1 - 3 anos)* **PERÍODO INTEGRAL**

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

MAIO DE 2025

Segunda Semana	2ª FEIRA (11/05)	3ª FEIRA (12/05)	4ª FEIRA (13/05)	5ª FEIRA (14/05)	6ª FEIRA (15/05)
REFEIÇÃO I	Frutas* Creme de aveia Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de tomate Leite puro ou com cacau	Frutas* Wafler de massa de bolo de banana com pasta de amendoim Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão nata e pasta de amendoim e cacau Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com canela
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Feijão preto com caldo Carne bovina com cabutiá Salada: cenoura ralada, pepino fatiado e brócolis cozido	Arroz com açafrão Feijão vermelho com caldo Tulipa assada Salada: Repolho, couve flor e vagem cozida	Arroz com couve folha Grão de bico com caldo Carne suína refogada Salada: Tomate, couve flor e chuchu cozido	Arroz integral Lentilha com caldo Filé de tilápia assado com batata doce Salada: Alface, beterraba e brócolis cozido	Arroz Feijão carioca com caldo Fígado bovino refogado Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface, pepino ralado e cenoura cozida
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Canjiquinha de Frango Salada: beterraba cozida e cenoura cozida	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha, cenoura, batata, aipim, e frango	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabutiá Salada: Acelga, repolho e cenoura cozida	Polenta mole Frango em molho Salada: Alface, tomate, repolho e beterraba cozida	Sopa de feijão preto com batata e macarrão

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				
	715,18	104g	31g	21g	684,51mcg	57,56mg	236,48mg	3,50mg
		59%	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 - CRECHE **FAIXA ETÁRIA** *(1 - 3 anos)* **PERÍODO INTEGRAL**

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

MAIO DE 2025

Terceira Semana	2ª FEIRA (18/05)	3ª FEIRA (19/05)	4ª FEIRA (20/05)	5ª FEIRA (21/05)	6ª FEIRA (22/05)
REFEIÇÃO I	Frutas* Wafler de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de abóbora com casca Leite puro ou com canela	Frutas* Bolo salgado de ora-pro-nóbis Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão caseiro Ovo cozido	Frutas* Pão com nata e doce de fruta Leite com puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Arroz Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha Salada: Beterraba e chuchu cozido	Arroz com cenoura Feijão preto com caldo Fígado acebolado Farofa de abóbora e ora-pro-nóbis Salada: Repolho, brócolis e cenoura cozida	Arroz integral Feijão vermelho com caldo Frango assado com batata doce Salada: Alface, repolho, chuchu cozido	Feijão preto Canjiquinha com carne de porco em cubos Salada: Alface, couve flor e repolho cozido	Arroz com açafrão Lentilha com caldo Carne bovina picadinha Salada: Acelga, beterraba e vagem cozida
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Macarrão com molho de coração Salada: Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Risoto de arroz integral, molho de sobrecoxa de frango com cabotia Salada: Alface, repolho, cenoura cozida	Arroz Grão de bico com caldo Filé de tilapia assada Salada: Alface, rabanete, beterraba e vagem cozida	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata

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

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

MAIO DE 2025

Quarta Semana	2ª FEIRA (25/05)	3ª FEIRA (26/05)	4ª FEIRA (27/05)	5ª FEIRA (28/05)	6ª FEIRA (29/05)
REFEIÇÃO I	Frutas* Muffin de legumes Leite puro ou com cacau	Frutas* Mingau de aveia Leite puro ou com cacau Frutas*	Frutas* Waffle de batata doce Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão caseiro com nata e pasta de amendoim com cacau Leite puro ou com cacau	Bolo de banana com aveia e frutas secas Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Polenta mole Carne moída refogada Salada: Repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz Feijão carioca com caldo Sobrecoxa picadinha em molho Batata doce cozida Salada: Tomate, couve flor e brócolis cozido	Arroz com repolho picado Feijão preto com caldo Carne Suína cubos refogada Farofa de casca de batata doce com ora-pro-nóbis Salada: Alface, brócolis e beterraba cozida	Arroz com açafrão Feijão carioca com caldo Filé de tilápia assada Salada: Alface, repolho, cenoura e vagem cozida	Arroz integral pastoso Grão de bico com caldo Iscas bovinas refogada com cabotia Salada: Alface, repolho, abobrinha e beterraba cozida
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Arroz integral Feijão preto Moela na pressão com legumes Salada: Pepino fatiado e cenoura cozida	Sopa de agnoline, frango, legumes e batata	Yakissoba: Macarrão espaguete, peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface e beterraba ralada	Risoto integral frango Salada: Abobrinha refogada com batata salsa. Repolho	Sopa de feijão com batata e arroz

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.

gov.br
Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 15/04/2026 11:12:55-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

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					
MAIO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (04/05)**	**3ª FEIRA (05/05)**	**4ª FEIRA (06/05)**	**5ª FEIRA (07/05)**	**6ª FEIRA (08/05)**
REFEIÇÃO I	Arroz Feijão vermelho com caldo Carne moída com legumes Salada: cenoura e vagem cozida Frutas	Arroz integral Lentilha com caldo Moela em molho na pressão Salada: Vagem e chuchu cozido Frutas	Arroz com cenoura ralada Feijão carioca com caldo Costelinha suína assada Aipim cozido Salada: cenoura e vagem cozida Frutas	Arroz Feijoada(feijão preto, carne bovina e carne suina) Farofa de ora-pro-nóbis Couve refogada Salada: Couve flor cozida, repolho Frutas	Arroz com acafrão Grão de bico com caldo Frango em molho Batata doce cozida Salada: beterraba e brócolis cozido Frutas
REFEIÇÃO II	Macarrão integral ao molho de frango Salada: Tomate e brócolis cozido Frutas	Polenta mole Carne moída em molho Salada: tomate e beterraba cozida Frutas	Risoto com frango Salada: cenoura cozida Frutas	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata e macarrão Frutas	Sopa nutritiva de legumes com macarrão e frango, folhas, talos, abóbora 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	12g	7g
			61%	18%	25%

*Considerar 2 variedades Diferentes

** 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.

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					
MAIO DE 2026					
Segunda Semana	**2ª FEIRA (11/05)**	**3ª FEIRA (12/05)**	**4ª FEIRA (13/05)**	**5ª FEIRA (14/05)**	**6ª FEIRA (15/05)**
REFEIÇÃO I	Arroz colorido Feijão preto com caldo Carne bovina com cabutiá Salada: cenoura ralada, pepino fatiado e brócolis cozido Frutas	Arroz com açafrão Feijão vermelho com caldo Tulipa assada Salada: Repolho, couve flor e vagem cozida Frutas	Arroz com couve folha Grão de bico com caldo Carne suína refogada Salada: Tomate, couve flor e chuchu cozido Frutas	Arroz integral Lentilha com caldo Filé de tilápia assado com batata doce Salada: Alface, beterraba e brócolis cozido Frutas	Arroz Feijão carioca com caldo Fígado bovino refogado Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface, pepino ralado e cenoura cozida Frutas
REFEIÇÃO II	Canjiquinha de Frango Salada: beterraba cozida e cenoura cozida Frutas	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha, cenoura, batata, aipim, e frango Frutas	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabutiá Salada: Acelga, repolho e cenoura cozida Frutas	Polenta mole Frango em molho Salada: Alface, tomate, repolho e beterraba cozida Frutas	Sopa de feijão preto com batata e macarrão 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**
		270KCAL	41g	10g	7g
			60%	15%	25%

*Considerar 2 variedades Diferentes

** 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.

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					
MAIO DE 2026					

Terceira Semana	2ª FEIRA (18/05)	3ª FEIRA (19/05)	4ª FEIRA (20/05)	5ª FEIRA (21/05)	6ª FEIRA (22/05)
REFEIÇÃO I	Arroz Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha Salada: Beterraba e chuchu cozido Frutas	Arroz com cenoura Feijão preto com caldo Fígado acebolado Farofa de abóbora e ora-pro-nóbis Salada: Repolho, brócolis e cenoura cozida Frutas	Arroz integral Feijão vermelho com caldo Frango assado com batata doce Salada: Alface, repolho, chuchu cozido Frutas	Feijão preto Canjiquinha com carne de porco em cubos Salada: Alface, couve flor e repolho cozido Frutas	Arroz com açafrão Lentilha com caldo Carne bovina picadinha Salada: Acelga, beterraba e vagem cozida Frutas
REFEIÇÃO II	Macarrão com molho de coração Salada: Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido 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	Risoto de arroz integral, molho de sobrecoxa de frango com cabotia Salada: Alface, repolho, cenoura cozida Frutas	Arroz Grão de bico com caldo Filé de tilapia assada Salada: Alface, rabanete, beterraba e vagem cozida Frutas	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata 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 2 variedades Diferentes

** 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.

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					
MAIO DE 2026					
Quarta Semana	**2ª FEIRA (25/05)**	**3ª FEIRA (26/05)**	**4ª FEIRA (27/05)**	**5ª FEIRA (28/05)**	**6ª FEIRA (29/05)**
REFEIÇÃO I	Polenta mole Carne moída refogada Salada: Repolho, beterraba e vagem cozida Frutas	Arroz Feijão carioca com caldo Sobrecoxa picadinha em molho Batata doce cozida Salada: Tomate, couve flor e brócolis cozido Frutas	Arroz com repolho picado Feijão preto com caldo Carne Suína cubos refogada Farofa de casca de batata doce com ora-pro-nóbis Salada: Alface, brócolis e beterraba cozida Frutas	Arroz com açafrão Feijão carioca com caldo Filé de tilápia assada Salada: Alface, repolho, cenoura e vagem cozida Frutas	Arroz integral pastoso Grão de bico com caldo Iscas bovinas refogada com cabotia Salada: Alface, repolho, abobrinha e beterraba cozida Frutas
REFEIÇÃO II	Arroz integral Feijão preto Moela na pressão com legumes Salada: Pepino fatiado e cenoura cozida Frutas	Sopa de agnoline, frango, legumes e batata Frutas	Yakissoba: Macarrão espaguete, peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface e beterraba ralada Frutas	Risoto integral frango Salada: Abobrinha refogada com batata salsa. Repolho Frutas	Sopa de feijão com batata e arroz 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**
		273,33KCAL	37g	12g	9g
			55%	17%	29%

*Considerar 2 variedades Diferentes

** 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.

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 15/04/2026 11:12:55-0300
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

MAIO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (04/05)	3ª FEIRA (05/05)	4ª FEIRA (06/05)	5ª FEIRA (07/05)	6ª FEIRA (08/05)
REFEIÇÃO I	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado com aveia Leite puro ou com cacau	Frutas* Ovo Cozido Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão nata e pasta de amendoim e cacau Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de pasta de amendoim Batida de leite, abacate e banana
REFEIÇÃO II	Arroz Feijão vermelho com caldo Carne moída com legumes Salada: cenoura e vagem cozida	Arroz integral Lentilha com caldo Moela em molho na pressão Salada: Vagem e chuchu cozido	Arroz com cenoura ralada Feijão carioca com caldo Costelinha suína assada Aipim cozido Salada: cenoura e vagem cozida	Arroz Feijoada(feijão preto, carne bovina e carne suina) Farofa de ora-pro-nóbis Couve refogada Salada: Couve flor cozida, repolho	Arroz com acafrão Grão de bico com caldo Frango em molho Batata doce cozida Salada: beterraba e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Macarrão integral ao molho de frango Salada: Tomate e brócolis cozido	Polenta mole Carne moída em molho Salada: tomate e beterraba cozida	Risoto com frango Salada: cenoura cozida	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata e macarrão	Sopa nutritiva de legumes com macarrão e frango, folhas, talos, abóbora

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 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

MAIO DE 2026

Segunda Semana	2ª FEIRA (11/05)	3ª FEIRA (12/05)	4ª FEIRA (13/05)	5ª FEIRA (14/05)	6ª FEIRA (15/05)
REFEIÇÃO I	Frutas* Creme de aveia Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de tomate Leite puro ou com cacau	Frutas* Wafler de massa de bolo de banana com pasta de amendoim Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão nata e pasta de amendoim e cacau Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com canela
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Feijão preto com caldo Carne bovina com cabutiá Salada: cenoura ralada, pepino fatiado e brócolis cozido	Arroz com açafrão Feijão vermelho com caldo Tulipa assada Salada: Repolho, couve flor e vagem cozida	Arroz com couve folha Grão de bico com caldo Carne suína refogada Salada: Tomate, couve flor e chuchu cozido	Arroz integral Lentilha com caldo Filé de tilápia assado com batata doce Salada: Alface, beterraba e brócolis cozido	Arroz Feijão carioca com caldo Fígado bovino refogado Farofa de ora-pro-nóbis Salada: Alface, pepino ralado e cenoura cozida
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Canjiquinha de Frango Salada: beterraba cozida e cenoura cozida	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha, cenoura, batata, aipim, e frango	Risoto de arroz integral com moela de frango e cabutiá Salada: Acelga, repolho e cenoura cozida	Polenta mole Frango em molho Salada: Alface, tomate, repolho e beterraba cozida	Sopa de feijão preto com batata e macarrão

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 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

MAIO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (18/05)	3ª FEIRA (19/05)	4ª FEIRA (20/05)	5ª FEIRA (21/05)	6ª FEIRA (22/05)
REFEIÇÃO I	Frutas* Wafler de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo de abóbora com casca Leite puro ou com canela	Frutas* Bolo salgado de ora-pro-nóbis Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão caseiro Ovo cozido	Frutas* Pão com nata e doce de fruta Leite com puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Arroz Feijão carioca com caldo Carne suína cubos picadinha Salada: Beterraba e chuchu cozido	Arroz com cenoura Feijão preto com caldo Fígado acebolado Farofa de abóbora e ora-pro-nóbis Salada: Repolho, brócolis e cenoura cozida	Arroz integral Feijão vermelho com caldo Frango assado com batata doce Salada: Alface, repolho, chuchu cozido	Feijão preto Canjiquinha com carne de porco em cubos Salada: Alface, couve flor e repolho cozido	Arroz com açafrão Lentilha com caldo Carne bovina picadinha Salada: Acelga, beterraba e vagem cozida
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Macarrão com molho de coração Salada: Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa. Folhas de repolho, couve folha. Cenoura, batata, aipim, arroz e frango	Risoto de arroz integral, molho de sobrecoxa de frango com cabotia Salada: Alface, repolho, cenoura cozida	Arroz Grão de bico com caldo Filé de tilapia assada Salada: Alface, rabanete, beterraba e vagem cozida	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata

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 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

MAIO DE 2026

Quarta Semana	2ª FEIRA (25/05)	3ª FEIRA (26/05)	4ª FEIRA (27/05)	5ª FEIRA (28/05)	6ª FEIRA (29/05)
REFEIÇÃO I	Frutas* Muffin de legumes Leite puro ou com cacau	Frutas* Mingau de aveia Leite puro ou com cacau Frutas*	Frutas* Waffle de batata doce Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão caseiro com nata e pasta de amendoim com cacau Leite puro ou com cacau	Bolo de banana com aveia e frutas secas Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Polenta mole Carne moída refogada Salada: Repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz Feijão carioca com caldo Sobrecoxa picadinha em molho Batata doce cozida Salada: Tomate, couve flor e brócolis cozido	Arroz com repolho picado Feijão preto com caldo Carne Suína cubos refogada Farofa de casca de batata doce com ora-pro-nóbis Salada: Alface, brócolis e beterraba cozida	Arroz com açafrão Feijão carioca com caldo Filé de tilápia assada Salada: Alface, repolho, cenoura e vagem cozida	Arroz integral pastoso Grão de bico com caldo Iscas bovinas refogada com cabotia Salada: Alface, repolho, abobrinha e beterraba cozida
REFEIÇÃO III	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
REFEIÇÃO IV	Arroz integral Feijão preto Moela na pressão com legumes Salada: Pepino fatiado e cenoura cozida	Sopa de agnoline, frango, legumes e batata	Yakissoba: Macarrão espaguete, peito de frango refogado com legumes: Cenoura, brócolis, vagem, repolho, cebola, rabanete. Batata doce assada com temperos naturais Salada: Alface e beterraba ralada	Risoto integral frango Salada: Abobrinha refogada com batata salsa. Repolho	Sopa de feijão com batata e arroz

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.

gov.br
Documento assinado digitalmente
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 15/04/2026 11:12:55-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica