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

SETEMBRO DE 2026

Primeira semana	2ª FEIRA (07/09)	3ª FEIRA (08/09)	4ª FEIRA (09/09)	5ª FEIRA (10/09)	6ª FEIRA (11/09)
REFEIÇÃO I para os maiores adicionar a última preparação		Fruta* Wafle de banana Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Empadão de fubá Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Pão integral Pasta de amendoim e cacau Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Bolo salgado integral Leite materno ou fórmula infantil
REFEIÇÃO II	Feriado	Arroz colorido Feijão vermelho Carne suína moída em molho vitaminado Aipim cozido Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Lentilha Frango assado com batata Salada: Alface e couve flor cozida	Arroz Feijão preto Iscas de carne bovina em molho vitaminado Salada: Alface, cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Feijão carioca Tilápia assada Salada: Alface e beterraba cozida
REFEIÇÃO III		Fruta* + cenoura cozida	Fruta* + beterraba cozida	Fruta* + brócolis cozido	Fruta* + couve flor cozido
REFEIÇÃO IV		Polenta mole Carne moída em molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata, legumes e arroz	Macarrão parafuso Molho de carne moída suína vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Risoto de arroz integral de frango Salada: Rabanete 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				
	479kcal	69g	23g	16g	242,07mcg	26,07mg	185,46mg	2,14mg
		57%	19%	31%				

Segunda Semana	2ª FEIRA (14/09)	3ª FEIRA (15/09)	4ª FEIRA (16/09)	5ª FEIRA (17/09)	6ª FEIRA (18/09)
REFEIÇÃO I para os maiores adicionar a última preparação	Fruta* Wafler com massa de bolo integral de banana Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Wafler de polvilho Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Bolo de tomate Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Pão de milho Ovo cozido Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Feijão carioca estrogonofe de carne bovina com cabutiá Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Arroz Feijoada (carne suína e bovina) Farofa de casca de cabotiá e couve folha Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz com açafrão Feijão vermelho Carne suína moída em molho vitaminado Salada: alface e couve flor cozida	Arroz Lentilha Fígado acebolado Aipim cozido Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz Grão de bico Frango molho vitaminado Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta* + cenoura cozida	Fruta* + vagem cozida	Fruta* + brócolis cozido	Fruta* + couve flor cozido	Fruta* + beterraba cozida
REFEIÇÃO IV	Polenta mole Frango em molho molho vitaminado Salada: Rabanete e chuchu cozido	Escondinho de batata com carne moída em molho vitaminado Salada: Abobrinha cozida, brócolis cozido	Sopa de agnoline, legumes e frango	Risoto com arroz integral de carne suína picadinha Salada: Brócolis cozido e tomate fatiado	Carne moída em molho vitaminado Arroz colorido Aipim cozido Cenoura cozida

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	475,51	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 EM LIVRE DEMANDA. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno, EM LIVRE DEMANDA.

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 cozidas a ponte de seren desfiadas ou cortada 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. O corte deve ser preferencialmente em palitos que possibilitem as crianças pegarem com as mãos. Disponilbilizar as saladas em pires separados

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

Todas as preparações são livre de açúcar adicionado, gordura t*rans* e alimentos ultraprocessados. Utilizado são em pequena quantidade conform orientação Guia Alimentar para Crianças menores de 2 anos

Caso necessário for servir frutas no final de cada dia para os alunos que permanecem

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

SETEMBRO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (21/09)	3ª FEIRA (22/09)	4ª FEIRA (23/09)	5ª FEIRA (24/09)	6ª FEIRA (25/09)
REFEIÇÃO I para os maiores adicionar a última preparação	Fruta* Wafler doce de abóbora Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Bolo de beterraba Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Wafler salgado de legumes Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Pão integral Doce de fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Nega maluca de feijão Leite materno ou fórmula infantil
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Lentilha Carne bovina molho vitaminado Salada: Rabanete e chuchu cozido	Arroz integral Feijão carioca Carne Suína picadinha Farofa de Casca de abóbora Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Grão de bico Moela em molho vitaminado Batata cozida Salada: Alface e couve flor cozida	Arroz Feijão carioca Fígado Acebolado Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz com cenoura Feijão preto Omelete de forno com legumes Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*+ beterraba cozida	Fruta* + vagem cozida	Fruta* + brócolis cozido	Fruta* + Chuchu cozido	Fruta* + cenoura cozida
REFEIÇÃO IV	Sopa de feijão preto com arroz e batata	Polenta com molho de frango Salada: repolho cozido	Risoto integral de coração de frango com cabotiá Salada: chuchu cozido	Batata cozida Ovo cozido Abobrinha cozida	Sopa de Legumes, talos e folhas, batata, macarrão e carne bovina

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%				

Quarta Semana	2ª FEIRA (28/09)	3ª FEIRA (29/09)	4ª FEIRA (30/09)	5ª FEIRA (01/10)	6ª FEIRA (02/10)
REFEIÇÃO I para os maiores adicionar a última preparação	Fruta* Wafler de massa de bolo de farinha de milho Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Bolo salgado Integral Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Torta Salgada de quirera e legumes Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Pão caseiro Ovo cozido Leite materno ou fórmula infantil	Fruta* Wafler de batata doce Batida de banana com mamão
REFEIÇÃO II	Arroz Lentilha Batata cozida com molho de carne moída Salada: alface e couve flor cozida	Arroz Feijão vermelho Carne bovina refogada com cabotiá Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Grão de bico Costelinha assada Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Arroz Feijãopreto Tulipa assada Farofa de casca de cabotiá Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Filé de tilápia assado Salada: Pepino e chuchu cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*+ beterraba cozida	Fruta* + vagem cozida	Fruta* + brócolis cozido	Fruta* + Chuchu cozido	Fruta* + cenoura cozida
REFEIÇÃO IV	Batata doce cozida Carne moída refogada com legumes Chuchu cozido	Polenta Frango em molho molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Sopa de feijão com batata e macarrão cabelo de anjo Laranja	Aipim cozido Carne moída em molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Risoto integral de frango com legumes Aipim cozido Salada: Alface e brócolis 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				
	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 EM LIVRE DEMANDA. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno, EM LIVRE DEMANDA.

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 cozidas a ponte de seren desfiadas ou cortada 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. O corte deve ser preferencialmente em palitos que possibilitem as crianças pegarem com as mãos. Disponilbilizar as saladas em pires separad

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

Todas as preparações são livre de açúcar adicionado, gordura trans e alimentos ultraprocessados. Utilizado são em pequena quantidade conform orientação Guia Alimentar para Crianças menores de 2 anos

Caso necessário for servir frutas no final de cada período.

Documento assinado digitalmente

gov.br

ALESSANDRA NELSI WEBER

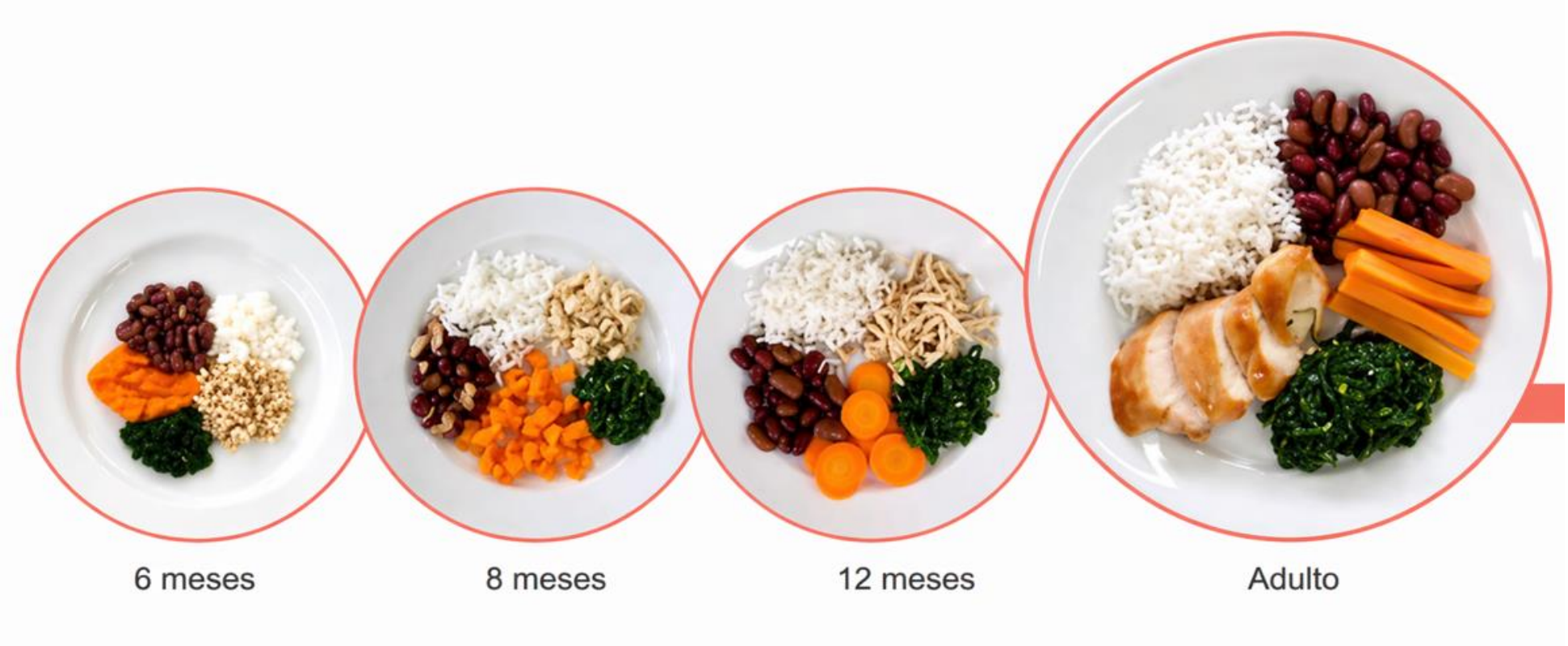
Data: 20/08/2026 15:04:30-0300

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

EVOLUÇÃO DAS CONSISTÊNCIAS DOS ALIMENTOS:



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

SETEMBRO DE 2026

Primeira semana	**2ª FEIRA (07/09)**	**3ª FEIRA (08/09)**	**4ª FEIRA (09/09)**	**5ª FEIRA (10/09)**	**6ª FEIRA (11/09)**
REFEIÇÃO I		Fruta* Wafle de banana Leite puro ou com cacau	Fruta* Empadão de fubá Batida de banana com mamão	Fruta* Pão integral Pasta de amendoim e cacau Leite com cacau	Fruta* Bolo salgado integral Leite batido com tâmaras
REFEIÇÃO II	Feriado	Arroz colorido Feijão vermelho Carne suína moída em molho vitaminado Aipim cozido Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Lentilha Frango assado com batata Salada: Alface e couve flor cozida	Arroz Feijão preto Iscas de carne bovina em molho vitaminado Salada: Alface, cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Feijão carioca Tilápia assada Salada: Alface e beterraba cozida
REFEIÇÃO III		Fruta* + cenoura cozida	Fruta* + beterraba cozida	Fruta* + brócolis cozido	Fruta* + couve flor cozido
REFEIÇÃO IV		Polenta mole Carne moída em molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata, legumes e arroz	Macarrão parafuso Molho de carne moída suína vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Risoto de arroz integral de frango Salada: Rabanete 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**				
	708,55	166g	31g	21g	504,07mcg	57,55mg	230,88mg	3,63mg
		60%	17%	27%				

Segunda Semana	**2ª FEIRA (14/09)**	**3ª FEIRA (15/09)**	**4ª FEIRA (16/09)**	**5ª FEIRA (17/09)**	**6ª FEIRA (18/09)**
REFEIÇÃO I	Fruta* Wafler com massa de bolo integral de banana Leite puro ou com cacau	Fruta* Wafler de polvilho Batida de leite com mamão e banana	Fruta* Bolo de tomate Leite batido com tâmaras	Fruta* Pão de milho Nata Ovo cozido Leite com cacau	Fruta* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Feijão carioca estrogonofe de carne bovina com cabutiá Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Arroz Feijoada (carne suína e bovina) Farofa de casca de cabotiá e couve folha Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz com açafrão Feijão vermelho Carne suína moída em molho vitaminado Salada: alface e couve flor cozida	Arroz Lentilha Fígado acebolado Aipim cozido Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz Grão de bico Frango molho vitaminado Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta* + cenoura cozida	Fruta* + vagem cozida	Fruta* + brócolis cozido	Fruta* + couve flor cozido	Fruta* + beterraba cozida
REFEIÇÃO IV	Polenta mole Frango em molho molho vitaminado Salada: Rabanete e chuchu cozido	Escondinho de batata com carne moída em molho vitaminado Salada: Abobrinha cozida, brócolis cozido	Sopa de agnoline, legumes e frango	Risoto com arroz integral de carne suína picadinha Salada: Brócolis cozido e tomate fatiado	Lasanha a bolonhesa Arroz colorido Salada: alface e repolho 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**				
	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.

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

SETEMBRO DE 2026

Terceira Semana	**2ª FEIRA (21/09)**	**3ª FEIRA (22/09)**	**4ª FEIRA (23/09)**	**5ª FEIRA (24/09)**	**6ª FEIRA (25/09)**
REFEIÇÃO I	Fruta* Wafler doce de abóbora Leite puro ou com cacau	Fruta* Bolo de beterraba Leite puro ou com canela	Fruta* Wafler salgado de legumes Leite batido com Tâmaras	Fruta* Pão integral Doce de fruta Batida de banana e maçã	Fruta* Nega maluca de feijão Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Lentilha Carne bovina molho vitaminado Salada: Rabanete e chuchu cozido	Arroz integral Feijão carioca Carne Suína picadinha Farofa de Casca de abóbora Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Grão de bico Moela em molho vitaminado Batata cozida Salada: Alface e couve flor cozida	Arroz Feijão carioca Fígado Acebolado Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz com cenoura Feijão preto Omelete de forno com legumes Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*+ beterraba cozida	Fruta* + vagem cozida	Fruta* + brócolis cozido	Fruta* + couve flor cozido	Fruta* + chuchu cozido
REFEIÇÃO IV	Canjiquinha de frango Batata doce assada com ervas Salada: Repolho cozido e cenoura cozida	Polenta Frango em molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Risoto integral de coração de frango com cabotiá Salada: Pepino e chuchu cozido	Macarrão integral parfuso Carne moída em molho vitaminado Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Sopa de Legumes, talos e folhas, batata, macarrão de letrinhas e carne bovina

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%				

Quarta Semana	**2ª FEIRA (28/09)**	**3ª FEIRA (29/09)**	**4ª FEIRA (30/09)**	**5ª FEIRA (01/10)**	**6ª FEIRA (02/10)**
REFEIÇÃO I	Fruta* Wafler de massa de bolo de farinha de milho Leite puro ou com cacau	Fruta* Bolo salgado Integral Leite puro ou com cacau	Fruta* Torta Salgada de quirera e legumes Leite puro ou com cacau	Fruta* Pão caseiro Nata Ovo cozido Leite puro ou com cacau	Fruta* Wafler de batata doce Batida de banana com mamão
REFEIÇÃO II	Arroz Lentilha Batata cozida com molho de carne moída Salada: alface e couve flor cozida	Arroz Feijão vermelho Carne bovina refogada com cabotiá Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Grão de bico Costelinha assada Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Arroz Feijãopreto Tulipa assada Farofa de casca de cabotiá Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Filé de tilápia assado Salada: Pepino e chuchu cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*+ beterraba cozida	Fruta* + vagem cozida	Fruta* + brócolis cozido	Fruta* + Chuchu cozido	Fruta* + cenoura cozida
REFEIÇÃO IV	Macarrão espague integral Carne moída refogada com legumes Salada: rabanete e chuchu cozido	Polenta Frango em molho molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Sopa de feijão com batata e macarrão cabelo de anjo Laranja	Torta de aipim ou aipim cozido com molho de carne moída Salada: Pepino e repolho cozido	Risoto integral de frango com legumes Aipim cozido Salada: Alface e brócolis 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 Fruta para alunos que permanecem após as 17h*

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 20/08/2026 15:04:30-0300
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

SETEMBRO DE 2026

Primeira semana	**2ª FEIRA (07/09)**	**3ª FEIRA (08/09)**	**4ª FEIRA (09/09)**	**5ª FEIRA (10/09)**	**6ª FEIRA (11/09)**
REFEIÇÃO I		Fruta* Wafle de banana Leite puro ou com cacau	Fruta* Empadão de fubá Batida de banana com mamão	Fruta* Pão integral Pasta de amendoim e cacau	Fruta* Bolo salgado integral Leite batido com tâmaras
REFEIÇÃO II	Feriado	Arroz colorido Feijão vermelho Carne suína moída em molho vitaminado Aipim cozido Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Lentilha Frango assado com batata Salada: Alface e couve flor cozida	Arroz Feijão preto Iscas de carne bovina em molho vitaminado Salada: Alface, cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Feijão carioca Tilápia assada Salada: Alface e beterraba cozida
REFEIÇÃO III		Fruta* + cenoura cozida	Fruta* + beterraba cozida	Fruta* + brócolis cozido	Fruta* + couve flor cozido
REFEIÇÃO IV		Polenta mole Carne moída em molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata, legumes e arroz	Macarrão parafuso Molho de carne moída suína vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Risoto de arroz integral de frango Salada: Rabanete 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**				
	708,55	166g	31g	21g	504,07mcg	57,55mg	230,88mg	3,63mg
		60%	17%	27%				

Segunda Semana	**2ª FEIRA (14/09)**	**3ª FEIRA (15/09)**	**4ª FEIRA (16/09)**	**5ª FEIRA (17/09)**	**6ª FEIRA (18/09)**
REFEIÇÃO I	Fruta* Wafler com massa de bolo integral de banana Leite puro ou com cacau	Fruta* Wafler de polvilho Batida de leite com mamão e banana	Fruta* Bolo de tomate Leite batido com tâmaras	Fruta* Pão de milho Nata Ovo cozido	Fruta* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Feijão carioca estrogonofe de carne bovina com cabutiá Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Arroz Feijoada (carne suína e bovina) Farofa de casca de cabotiá e couve folha Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz com açafrão Feijão vermelho Carne suína moída em molho vitaminado Salada: alface e couve flor cozida	Arroz Lentilha Fígado acebolado Aipim cozido Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz Grão de bico Frango molho vitaminado Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta* + cenoura cozida	Fruta* + vagem cozida	Fruta* + brócolis cozido	Fruta* + couve flor cozido	Fruta* + beterraba cozida
REFEIÇÃO IV	Polenta mole Frango em molho molho vitaminado Salada: Rabanete e chuchu cozido	Escondinho de batata com carne moída em molho vitaminado Salada: Abobrinha cozida, brócolis cozido	Sopa de agnoline, legumes e frango	Risoto com arroz integral de carne suína picadinha Salada: Brócolis cozido e tomate fatiado	Lasanha a bolonhesa Arroz colorido Salada: alface e repolho 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**				
	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

SETEMBRO DE 2026

Terceira Semana	2ª FEIRA (21/09)	3ª FEIRA (22/09)	4ª FEIRA (23/09)	5ª FEIRA (24/09)	6ª FEIRA (25/09)
REFEIÇÃO I	Fruta* Wafler doce de abóbora Leite puro ou com cacau	Fruta* Bolo de beterraba Leite puro ou com canela	Fruta* Wafler salgado de legumes Leite batido com Tâmaras	Fruta* Pão integral Doce de fruta Batida de banana e maçã	Fruta* Nega maluca de feijão Leite puro ou com cacau
REFEIÇÃO II	Arroz colorido Lentilha Carne bovina molho vitaminado Salada: Rabanete e chuchu cozido	Arroz integral Feijão carioca Carne Suína picadinha Farofa de Casca de abóbora Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Grão de bico Moela em molho vitaminado Batata cozida Salada: Alface e couve flor cozida	Arroz Feijão carioca Fígado Acebolado Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz com cenoura Feijão preto Omelete de forno com legumes Salada: Alface e brócolis cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*+ beterraba cozida	Escondinho de batata com carne moída em	Sopa de agnoline, legumes e frango	Risoto com arroz integral de carne	Fruta* + chuchu cozido
REFEIÇÃO IV	Canjiquinha de frango Batata doce assada com ervas Salada: Repolho cozido e cenoura cozida	Polenta Frango em molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Risoto integral de coração de frango com cabotiá Salada: Pepino e chuchu cozido	Macarrão integral parfuso Carne moída em molho vitaminado Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Sopa de Legumes, talos e folhas, batata, macarrão de letrinhas e carne bovina

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%				

Quarta Semana	2ª FEIRA (28/09)	3ª FEIRA (29/09)	4ª FEIRA (30/09)	5ª FEIRA (01/10)	6ª FEIRA (02/10)
REFEIÇÃO I	Fruta* Wafler de massa de bolo de farinha de milho Leite puro ou com cacau	Fruta* Bolo salgado Integral Leite puro ou com cacau	Fruta* Torta Salgada de quirera e legumes Leite puro ou com cacau	Fruta* Pão caseiro Nata Ovo cozido	Fruta* Wafler de batata doce Batida de banana com mamão
REFEIÇÃO II	Arroz Lentilha Batata cozida com molho de carne moída Salada: alface e couve flor cozida	Arroz Feijão vermelho Carne bovina refogada com cabotiá Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida	Arroz Grão de bico Costelinha assada Salada: Vagem cozida, repolho ralado	Arroz Feijãopreto Tulipa assada Farofa de casca de cabotiá Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Filé de tilápia assado Salada: Pepino e chuchu cozido
REFEIÇÃO III	Fruta*+ beterraba cozida	Escondinho de batata com carne moída em	Sopa de agnoline, legumes e frango	Fruta* + Chuchu cozido	Fruta* + cenoura cozida
REFEIÇÃO IV	Macarrão espague integral Carne moída refogada com legumes Salada: rabanete e chuchu cozido	Polenta Frango em molho molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido	Sopa de feijão com batata e macarrão cabelo de anjo Laranja	Torta de aipim ou aipim cozido com molho de carne moída Salada: Pepino e repolho cozido	Risoto integral de frango com legumes Aipim cozido Salada: Alface e brócolis 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 CRN10 3469
Responsável Técnica

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 20/08/2026 15:04:30-0300
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					
SETEMBRO DE 2026					
Primeira semana	**2ª FEIRA (07/09)**	**3ª FEIRA (08/09)**	**4ª FEIRA (09/09)**	**5ª FEIRA (10/09)**	**6ª FEIRA (11/09)**
REFEIÇÃO I	Feriado	Arroz colorido Feijão vermelho Carne suína moída em molho vitaminado Aipim cozido Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida Frutas	Arroz Lentilha Frango assado com batata Salada: Alface e couve flor cozida Frutas	Arroz Feijão preto Iscas de carne bovina em molho vitaminado Salada: Alface, cenoura ralada e beterraba cozida Frutas	Arroz Feijão carioca Tilápia assada Salada: Alface e beterraba cozida Frutas
REFEIÇÃO II		Polenta mole Carne moída em molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido Frutas	Sopa de feijão preto com carne de gado, batata, legumes e arroz Frutas	Macarrão parafuso Molho de carne moída suína vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido Frutas	Risoto de arroz integral de frango Salada: Rabanete e chuchu cozido 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%
Segunda Semana	**2ª FEIRA (14/09)**	**3ª FEIRA (15/09)**	**4ª FEIRA (16/09)**	**5ª FEIRA (17/09)**	**6ª FEIRA (18/09)**
REFEIÇÃO I	Arroz colorido Feijão carioca estrogonofe de carne bovina com cabutiá Salada: Vagem cozida, repolho ralado Frutas	Arroz Feijoada (carne suína e bovina) Farofa de casca de cabotiá e couve folha Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida Frutas	Arroz com açafrão Feijão vermelho Carne suína moída em molho vitaminado Salada: alface e couve flor cozida Frutas	Arroz Lentilha Fígado acebolado Aipim cozido Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida Frutas	Arroz Grão de bico Frango molho vitaminado Salada: Alface e brócolis cozido Frutas
REFEIÇÃO II	Polenta mole Frango em molho molho vitaminado Salada: Rabanete e chuchu cozido Frutas	Escondinho de batata com carne moída em molho vitaminado Salada: Abobrinha cozida, brócolis cozido Frutas	Sopa de agnoline, legumes e frango Frutas	Risoto com arroz integral de carne suína picadinha Salada: Brócolis cozido e tomate fatiado Frutas	Lasanha a bolonhesa Arroz colorido Salada: alface e repolho cozido 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

SETEMBRO DE 2026

Terceira Semana	**2ª FEIRA (21/09)**	**3ª FEIRA (22/09)**	**4ª FEIRA (23/09)**	**5ª FEIRA (24/09)**	**6ª FEIRA (25/09)**
REFEIÇÃO I	Arroz colorido Lentilha Carne bovina molho vitaminado Salada: Rabanete e chuchu cozido Frutas	Arroz integral Feijão carioca Carne Suína picadinha Farofa de Casca de abóbora Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida Frutas	Arroz Grão de bico Moela em molho vitaminado Batata cozida Salada: Alface e couve flor cozida Frutas	Arroz Feijão carioca Fígado Acebolado Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida Frutas	Arroz com cenoura Feijão preto Omelete de forno com legumes Salada: Alface e brócolis cozido Frutas
REFEIÇÃO II	Canjiquinha de frango Batata doce assada com ervas Salada: Repolho cozido e cenoura cozida Frutas	Polenta Frango em molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido Frutas	Risoto integral de coração de frango com cabotiá Salada: Pepino e chuchu cozido Frutas	Macarrão integral parfuso Carne moída em molho vitaminado Salada: Vagem cozida, repolho ralado Frutas	Sopa de Legumes, talos e folhas, batata, macarrão de letrinhas e carne bovina 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%
Quarta Semana	**2ª FEIRA (24/08)**	**3ª FEIRA (25/08)**	**4ª FEIRA (26/08)**	**5ª FEIRA (27/08)**	**6ª FEIRA (28/08)**
REFEIÇÃO I	Arroz Lentilha Batata cozida com molho de carne moída Salada: alface e couve flor cozida Frutas	Arroz Feijão vermelho Carne bovina refogada com cabotiá Salada: Cenoura ralada e beterraba cozida Frutas	Arroz Grão de bico Costelinha assada Salada: Vagem cozida, repolho ralado Frutas	Arroz Feijãopreto Tulipa assada Farofa de casca de cabotiá Salada: Beterraba ralada e cenoura cozida Frutas	Arroz Feijão carioca Filé de tilápia assado Salada: Pepino e chuchu cozido Frutas
REFEIÇÃO II	Macarrão espague integral Carne moída refogada com legumes Salada: rabanete e chuchu cozido Frutas	Polenta Frango em molho molho vitaminado Salada: Pepino e repolho cozido Frutas	Sopa de feijão com batata e macarrão cabelo de anjo Laranja Frutas	Torta de aipim ou aipim cozido com molho de carne moída Salada: Pepino e repolho cozido Frutas	Risoto integral de frango com legumes Aipim cozido Salada: Alface e brócolis cozido 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.

Alessandra N. Weber
Nutricionista CRN10 3469
Responsável Técnica

Documento assinado digitalmente
gov.br
ALESSANDRA NELSI WEBER
Data: 20/08/2026 15:04:30-0300
Verifique em https://validar.iti.gov.br