

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

CARDÁPIO - CRECHE
FAIXA ETÁRIA (1 - 3 anos)
PERÍODO PARCIAL

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

MAIO DE 2021

Primeira semana	2ª FEIRA 03/05	3ª FEIRA 04/05	4ª FEIRA 05/05	5ª FEIRA 06/05	6ª FEIRA 07/05			
Refeição 1 Manhã e tarde	Frutas* Farinha de linhaça Leite com cacau	Frutas* Leite com cacau Bolo de salgado	Frutas* Pão de polvilho Suco de uva integral	Frutas* Leite com cacau Pão com nata e queijo	Frutas* Leite com cacau Bolo de banana com aveia			
Refeição 2 Manhã e tarde	Polenta mole Carne moída em molho Tomate, repolho e beterraba cozida	Arroz pastoso Feijão com caldo Batata doce assada Carne bovina em molho Cenoura ralada, beterraba, brócolis cozido	Risoto de arroz integral Abobrinha refogada Alface/acetga e couve flor cozida	Arroz colorido Feijão com caldo Cabutiá refogada Ovo cozido Brócolis cozida e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão com caldo Filé de Tilápia assada com batata Repolho, cenoura e vagem 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				
	306,58kcal	49g 64%	12g 15%	8g 22%	169,20mg	21,57mg	166,15mg	1,72mg

*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 ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

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

CARDÁPIO - CRECHE
FAIXA ETÁRIA 1 - 3 anos)
PERÍODO PARCIAL

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

MAIO DE 2021

Segunda semana	2ª FEIRA 10/05	3ª FEIRA 11/05	4ª FEIRA 12/05	5ª FEIRA 13/05	6ª FEIRA 14/05			
Refeição 1 Manhã e tarde	Frutas* Aveia em flocos	Frutas* Farinha de linhaça Bolo salgado Leite com cacau	Frutas* Aveia em flocos Iogurte com morango e banana Pão com nata	Frutas* Leite com cacau Bolo de maçã	Frutas* Aveia em flocos Batata doce assada Leite com cacau			
Refeição 2 Manhã e tarde	Nhoque Carne moída em molho Repolho, cenoura e beterraba cozida	Arroz colorido pastoso Feijão com caldo Frango assado Purê de batata Repolho, couve flor e vagem cozida	Arroz integral Feijão com caldo Batata doce e abóbora assada Carne bovina em molho Alface/acetilga e brócolis cozido	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína refogada Aipim cozido Chuchu cozido, cenoura e pepino ralado	Sopa de feijão com batata Laranja			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
		307,01kcal	50g	13g				
		65%	16%	20%				

*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 ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

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

CARDÁPIO - CRECHE
FAIXA ETÁRIA (1 - 3 anos)
PERÍODO PARCIAL

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

MAIO DE 2021

Terceira semana	2ª FEIRA 17/05	3ª FEIRA 18/05	4ª FEIRA 19/05	5ª FEIRA 20/05	6ª FEIRA 21/05			
Refeição 1 Manhã e tarde	Frutas* Aveia em flocos Leite com cacau	Frutas* Suco de uva integral Bolo de banana	Frutas* Leite com cacau Pão com nata Queijo	Frutas* Leite com cacau Batata doce	Frutas* Farinha de linhaça Leite com cacau Pão de polvilho			
Refeição 2 Manhã e tarde	Arroz pastoso Feijão com caldo Carne moída refogada Purê de aipim Repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína refogada Alface/acetga, beterraba e chuchu cozido	Sopa de legumes com arroz e frango	Arroz pastoso Feijão com caldo Omelete Repolho, brócolis cenoura cozida	Macarrão com molho de frango Batata doce assada Alface, tomate, pepino fatiado 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				
		310,57kcal	48g	12g				
		61%	15%	24%				

*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 ultraprocessados.

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

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

CARDÁPIO - CRECHE
FAIXA ETÁRIA (1 - 3 anos)
PERÍODO PARCIAL

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

MAIO DE 2021

Quarta semana	2ª FEIRA 24/05	3ª FEIRA 25/05	4ª FEIRA 26/05	5ª FEIRA 27/05	6ª FEIRA 28/05			
Refeição 1 Manhã e tarde	Frutas* Aveia em flocos Leite com cacau	Frutas* Leite com cacau Bolo salgado	Frutas* Pão com nata Iogurte com morango e banana	Frutas* Pão de polvilho Suco de uva integral	Frutas* Bolo de banana Leite com cacau			
Refeição 2 Manhã e tarde	Polenta mole Carne moída refogada Repolho, beterraba e vagem cozida	Feijão com caldo Arroz pastoso Carne bovina refogada Tomate, couve flor e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão com caldo Carne suína picadinha Aipim cozido Repolho, alface/acelga e cenoura cozida	Risoto de frango Abobrinha refogada com batata salsa Alface, brócolis e chuchu cozido	Feijão com caldo Arroz pastoso Abóbora refogada Tilápia assada com batata Beterraba 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				
		306,83kcal	48g	12g				
		63%	15%	23%				

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

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

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

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

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

CARDÁPIO - CRECHE
FAIXA ETÁRIA (1 - 3 anos)
PERÍODO PARCIAL

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

MAIO DE 2021

Quinta semana	2ª FEIRA 31/05	3ª FEIRA 01/06	4ª FEIRA 02/06	5ª FEIRA 03/06	6ª FEIRA 04/06			
Refeição 1 Manhã e tarde	Frutas* Aveia em flocos Leite com cacau	Frutas* Leite puro Batata doce assada	Frutas* Pão com nata Iogurte com morango e banana	Frutas* Pão de polvilho Suco de uva integral	Frutas* Bolo de banana Leite com cacau			
Refeição 2 Manhã e tarde	Polenta mole Carne moída refogada Repolho, beterraba e vagem cozida	Feijão com caldo Arroz pastoso Frango assado Abóbora refogada Beterraba e brócolis cozido	Sopa de legumes com macarrão e carne de frango	Risoto de frango Abobrinha refogada com batata salsa Alface, brócolis e chuchu cozido	Feijão com caldo Arroz pastoso Carne bovina refogada Tomate, couve flor 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				
		304,30kcal	46g	11g				
		61%	15%	26%				

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 2 variedades conforme a disponibilidade e perecibilidade.

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

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

Caso necessário for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber
Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469