

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

ABRIL DE 2020

Primeira semana	2ª FEIRA 05/04	3ª FEIRA 06/04	4ª FEIRA 07/04	5ª FEIRA 08/04	6ª FEIRA 09/04			
Refeição 1 Manhã e tarde	Frutas* Aveia em flocos Leite com cacau	Frutas* Farinha de linhaça	Frutas* Leite com cacau Pão de polvilho	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	Risoto de arroz integral Abobrinha refogada Alface/acetga e couve flor cozida	Arroz pastoso Feijão com caldo Batata doce assada Carne bovina em molho Cenoura ralada, beterraba, brócolis cozido	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				
		306,66kcal	47g	12g				
		62%	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

ABRIL DE 2020

Segunda semana	2ª FEIRA 05/04	3ª FEIRA 06/04	4ª FEIRA 07/04			5ª FEIRA 08/04	6ª FEIRA 09/04	
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 cozida Leite com cacau	
Refeição 2 Manhã e tarde	Macarrão ou nhoque Molho de iscas bovinas 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/acetga e brócolis cozido			Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína refogada Aipim cozido chuchu cozido, Cenoura e pepino ralado	Polenta mole Tilápia em molho Tomate, abobrinha refogada e beterraba cozida	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
		309,74kcal	50g	12g				
		64%	16%	21%				

*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

ABRIL DE 2020

Terceira semana	2ª FEIRA 19/04	3ª FEIRA 20/04	4ª FEIRA 21/04	5ª FEIRA 22/04	6ª FEIRA 23/04			
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/acetlga, beterraba e chuchu cozido	Arroz integral Feijão com caldo, Carne bovina em molho Cabutiá refogada, couve flor e abobrinha cozida, cenoura ralada	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				
	308kcal	48g 62%	12g 15%	8g 24%	228,93mcg	21,71mg	168,82mg	1,49mg

*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

ABRIL DE 2020

Quarta semana	2ª FEIRA 26/04	3ª FEIRA 27/04	4ª FEIRA 28/04	5ª FEIRA 29/04	6ª FEIRA 30/04			
Refeição 1 Manhã e tarde	Frutas* Aveia em flocos Leite com cacau	Frutas* Farinha de linhaça Leite com cacau	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/acetelga e cenoura cozida	Risoto de frango Abobrinha refogada com batata salsa Alface, Brócolis e chuchu cozido	Feijão com caldo Arroz pastoso Abobora 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