

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

**CARDÁPIO- PRÉ ESCOLA**

**FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos

**PERÍODO PARCIAL**

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

**Abril/2020**

Primeira Semana	<b>2ª FEIRA</b> <b>05/04</b>	<b>3ª FEIRA</b> <b>06/04</b>	<b>4ª FEIRA</b> <b>07/04</b>	<b>5ª FEIRA</b> <b>08/04</b>	<b>6ª FEIRA</b> <b>09/04</b>
<b>Refeição</b> Tarde	Polenta mole Carne moída em molho Tomate, repolho e beterraba cozida Frutas*	Risoto de arroz integral Abobrinha refogada Alface/acetga e couve flor cozida Frutas*	Frutas* Leite com cacau Pão de polvilho	Arroz colorido Feijão com caldo Cabutiá refogada Ovo cozido Brócolis cozido e chuchu cozido Frutas*	Frutas* Leite com cacau Bolo de banana com aveia
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		42g	9g	7g	
	270,10 kcal	63%	14%	25%	

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

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

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

*Alessandra N. Weber*

**Alessandra Nelsi Weber**  
Nutricionista CRN10 3469

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

**CARDÁPIO- PRÉ ESCOLA**

**FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos

**PERÍODO PARCIAL**

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

**Abril/2020**

Segunda Semana	<b>2ª FEIRA</b> 12/04	<b>3ª FEIRA</b> 13/04	<b>4ª FEIRA</b> 14/04	<b>5ª FEIRA</b> 15/04	<b>6ª FEIRA</b> 16/04
<b>Refeição</b> Tarde	Macarrão ou nhoque Molho de iscas bovinas Repolho, cenoura e beterraba cozida Frutas*	Frutas* Farinha de linhaça Bolo salgado Leite com cacau	Arroz integral Feijão com caldo Batata doce e abóbora assada Carne bovina em molho Alface/acetga e brócolis cozido Frutas*	Frutas* Leite com cacau Bolo de maçã	Polenta mole Tilápia em molho Tomate, abobrinha refogada e beterraba cozida Frutas*
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>		<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		274,96kcal	44g	11g	7g
		63%	16%	23%	

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

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

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

*Alessandra N. Weber*

**Alessandra Nelsi Weber**  
Nutricionista CRN10 3469

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

**CARDÁPIO- PRÉ ESCOLA**

**FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos

**PERÍODO PARCIAL**

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

**Abril/2020**

Terceira Semana	<b>2ª FEIRA</b> <b>19/04</b>	<b>3ª FEIRA</b> <b>20/04</b>	<b>4ª FEIRA</b> <b>21/04</b>	<b>5ª FEIRA</b> <b>22/04</b>	<b>6ª FEIRA</b> <b>23/04</b>
<b>Refeição</b> Tarde	Arroz pastoso Feijão com caldo Carne moída refogada Purê de aipim Repolho, beterraba e vagem cozida Frutas*	Frutas* Suco de uva integral Bolo de banana	Arroz integral Feijão com caldo, Carne bovina em molho Cabutiá refogada, couve flor e abobrinha cozida e cenoura ralada Frutas*	Arroz pastoso Feijão com caldo Omelete Repolho, brócolis e cenoura cozida Frutas*	Frutas* Farinha de linhaça Leite com cacau Pão de polvilho
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO</b> <b>(g)</b>	<b>PTN</b> <b>(g)</b>	<b>LPD</b> <b>(g)</b>	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		270,24kcal	66%	10g	6g
		44g	15%	20%	

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

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

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

*Alessandra N. Weber*

**Alessandra Nelsi Weber**  
Nutricionista CRN10 3469

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

**CARDÁPIO- PRÉ ESCOLA**

**FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos

**PERÍODO PARCIAL**

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

**Abril/2020**

Quarta Semana	<b>2ª FEIRA 26/04</b>	<b>3ª FEIRA 27/04</b>	<b>4ª FEIRA 28/04</b>	<b>5ª FEIRA 29/04</b>	<b>6ª FEIRA 30/04</b>
<b>Refeição</b> Tarde	Polenta mole Carne moída refogada Repolho, beterraba e vagem cozida Frutas*	Feijão com caldo Arroz pastoso Carne bovina refogada Tomate, couve flor e chuchu cozido Frutas*	Frutas* Pão com nata Iogurte com morango e banana	Risoto de frango Abobrinha refogada com batata salsa Alface, brócolis e chuchu cozido Frutas*	Frutas* Bolo de banana Leite com cacau
<b>Composição nutricional (Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		274,74KCAL	66%	9g	6g
		46g	14%	21%	

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

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

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

*Alessandra N. Weber*

**Alessandra Nelsi Weber  
Nutricionista CRN10 3469**