

**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	2ª FEIRA 05/04	3ª FEIRA 06/04	4ª FEIRA 07/04	5ª FEIRA 08/04	6ª FEIRA 09/04
Refeição 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
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		270,10 kcal	42g	9g	7g
		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	2ª FEIRA 12/04	3ª FEIRA 13/04	4ª FEIRA 14/04	5ª FEIRA 15/04	6ª FEIRA 16/04
Refeição 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*
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			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	2ª FEIRA 19/04	3ª FEIRA 20/04	4ª FEIRA 21/04	5ª FEIRA 22/04	6ª FEIRA 23/04
Refeição 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
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		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	2ª FEIRA 26/04	3ª FEIRA 27/04	4ª FEIRA 28/04	5ª FEIRA 29/04	6ª FEIRA 30/04
Refeição 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
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			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