

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

AGOSTO DE 2021

Primeira semana	2ª FEIRA 02/08	3ª FEIRA 03/08	4ª FEIRA 04/08	5ª FEIRA 05/08	6ª FEIRA 06/08			
Refeição 1 Manhã (08:00 às 9:00) Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas* Farinha de linhaça Leite com cacau	Frutas* Bolo salgado Leite com cacau	Frutas* Pão de polvilho Leite com cacau	Frutas* Pão com nata e queijo Leite com canela	Frutas* Bolo de banana com aveia Leite com cacau			
Manhã (09:30 às 11:15) Tarde (14:30 às 16:40)	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida	Arroz pastoso Feijão com caldo Batata doce assada Carne bovina picadinha em molho <u>Salada:</u> Cenoura ralada, beterraba e brócolis cozido	Risoto de arroz integral Abobrinha refogada <u>Salada:</u> Alface/acetlga e couve flor cozida	Arroz colorido Feijão com caldo Cabotiá refogada Ovo cozido <u>Salada:</u> Alface, brócolis e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão com caldo Filé de tilápia assada com batata <u>Salada:</u> Alface, 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				
	325,71kcal	50g 61%	13g 15%	9g 25%	189,97mg	20,71mg	199,02mg	1,90mg

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

AGOSTO DE 2021

Segunda semana	2ª FEIRA 09/08	3ª FEIRA 10/08	4ª FEIRA 11/08	5ª FEIRA 12/08	6ª FEIRA 13/08			
Refeição 1 Manhã (08:00 às 9:00) Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas* Aveia em flocos Pão de polvilho Leite com cacau	Frutas* Farinha de linhaça Bolo salgado Leite com cacau	Frutas* Aveia em flocos Pão com nata Leite com cacau	Frutas* Bolo de frutas Leite com cacau	Frutas* Aveia em flocos Batata doce assada Leite com canela			
Manhã (09:30 às 11:15) Tarde (14:30 às 16:40)	Nhoque Carne moída em molho <u>Salada:</u> Repolho, cenoura e beterraba cozida	Arroz colorido pastoso Feijão com caldo Frango assado Purê de batata <u>Salada:</u> Repolho, couve flor e vagem cozida	Arroz integral Feijão com caldo Batata doce e cabotiá assada Carne bovina em molho <u>Salada:</u> Alface/acelga, beterraba, brócolis cozido	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína picadinha Aipim cozido <u>Salada:</u> Alface, chuchu cozido, cenoura e pepino ralado	Sopa de feijão com carne de gado e 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				
		349,93kcal	55g	14g				
		63%	16%	22%				

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

AGOSTO DE 2021

Terceira semana	2ª FEIRA 16/08	3ª FEIRA 17/08	4ª FEIRA 18/08	5ª FEIRA 19/08	6ª FEIRA 20/08			
Refeição 1 Manhã (08:00 às 9:00) Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas* Aveia em flocos Torradinhas de pão com manteiga e orégano Leite com cacau	Frutas* Bolo de frutas com aveia Leite com cacau	Frutas* Pão com nata Queijo Leite com cacau	Frutas* Batata doce assada Leite com canela	Frutas* Farinha de linhaça Pão de polvilho Leite com cacau			
Manhã (09:30 às 11:15) Tarde (14:30 às 16:40)	Arroz pastoso Feijão com caldo Carne moída refogada Purê de aipim <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína picadinha <u>Salada:</u> Alface/acetola, beterraba e chuchu cozido	Sopa de legumes com arroz e frango	Arroz integral Feijão com caldo Cabotia refogada Omelete <u>Salada:</u> Alface, repolho, brócolis e cenoura cozida	Macarrão integral com molho de frango <u>Salada:</u> 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				
		323,45kcal	48g 59%	12g 15%				

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

AGOSTO DE 2021

Quarta semana	2ª FEIRA 23/08	3ª FEIRA 24/08	4ª FEIRA 25/08	5ª FEIRA 26/08	6ª FEIRA 27/08			
Refeição 1 Manhã (08:00 às 9:00) Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas* Pão de polvilho Leite com cacau	Frutas* Bolo salgado Leite com canela	Frutas* Pão com nata Leite com cacau	Frutas* Bolo de banana com cacau e aveia Leite com cacau	Frutas* Torradinhas de pão com manteiga e orégano Leite com cacau			
Manhã (09:30 às 11:15) Tarde (14:30 às 16:40)	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz integral Feijão com caldo Carne bovina refogada <u>Salada:</u> Tomate, couve flor e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão com caldo Carne suína picadinha Aipim cozido <u>Salada:</u> Repolho, alface/acelga e cenoura cozida	Risoto de frango Abobrinha refogada com batata salsa <u>Salada:</u> Alface, brócolis e chuchu cozido	Sopa de feijão com batata e macarrão 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				
	327,43kcal	50g 61%	13g 15%	9g 25%	125,54mcg	19,80mg	198,81mg	2,01mg

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

AGOSTO DE 2021

Quinta semana	2ª FEIRA 30/08	3ª FEIRA 31/08	4ª FEIRA 01/09	5ª FEIRA 02/09	6ª FEIRA 03/09			
Refeição 1 Manhã (08:00 às 9:00) Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas* Aveia em flocos Leite com cacau	Frutas* Batata doce assada Leite com cacau	Frutas* Pão com nata Leite com cacau	Frutas* Pão de polvilho Leite com canela	Frutas* Bolo de banana Leite com cacau			
Manhã (09:30 às 11:15) Tarde (14:30 às 16:40)	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> Repolho, beterraba e vagem cozida	Feijão com caldo Arroz pastoso Frango assado Abóbora refogada <u>Salada:</u> Alface, beterraba e brócolis cozido	Sopa de legumes com macarrão e carne de frango	Risoto de frango Abobrinha refogada com batata salsa <u>Salada:</u> Alface, brócolis e chuchu cozido	Feijão com caldo Arroz pastoso Carne bovina refogada <u>Salada:</u> Tomate, alface 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				
	320,53kcal	48g 60%	12g 16%	9g 26%	247,06mcg	23,29mg	197mg	1,48mg

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas, porém obrigatório servir ao menos 3 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 for servir frutas no final do período da tarde.

Alessandra N. Weber

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

