

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

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (7 - 11 meses)

PERÍODO PARCIAL

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

SETEMBRO DE 2021

Primeira semana	2ª FEIRA 06/09	3ª FEIRA 07/09	4ª FEIRA 08/09	5ª FEIRA 09/09	6ª FEIRA 10/09			
Refeição 1 Manhã (08:00 às 9:00) Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula			
Refeição 2 Manhã (09:30 às 11:15) Tarde (14:30 às 16:40)	Polenta mole Frango em molho <u>Salada:</u> Beterraba cozida	Arroz pastoso Feijão com caldo Batata doce assada Carne bovina picadinha em molho <u>Salada:</u> Beterraba e brócolis cozido	Risoto de arroz integral <u>Salada:</u> Abobrinha refogada e couve flor cozida	Arroz colorido Feijão com caldo Cabotiá refogada Ovo cozido <u>Salada:</u> Brócolis e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão com caldo Filé de tilápia assada com batata <u>Salada:</u> 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				
	206,99kcal	31g 60%	10g 17%	5g 23%	163,26mcg	17,75mg	135,15mg	1,36mg

Crianças de 0 a 4 meses: Servir somente a fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno (caso a mãe leve para a unidade).

Crianças de 4 a 6 meses: A introdução de alimentos só é recomendada caso já tenha ocorrido em casa, conforme orientado pelos pais. Durante esta faixa etária é preferível a introdução somente das frutas dos lanches, porém, se as refeições principais já foram introduzidas na alimentação (pelos pais), esta será mantida na creche. Para bebê que consome somente frutas, a fórmula infantil deverá ser oferecida e incentivado o seu consumo na primeira refeição. Oferecer a fórmula infantil, conforme aceitação e se a criança tiver fome, para aquelas que já se alimentam de todas as refeições (no mínimo 30 min. após a refeição). Os alimentos devem ser bem cozido a ponto de ser amassado.

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes e frangos desfiados deverão também ser cortados.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e sólidos.

Caso a criança demonstre sinais de prontidão, pode-se adicionar alimentos a primeira refeição de acordo com o cardápio 1 a 3 anos.

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas 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 de cada período.

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 (7 - 11 meses)

PERÍODO PARCIAL

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

SETEMBRO DE 2021

Segunda semana	2ª FEIRA 13/09	3ª FEIRA 14/09	4ª FEIRA 15/09	5ª FEIRA 16/09	6ª FEIRA 17/09			
Refeição 1 Manhã (08:00 às 9:00) Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula			
Refeição 2 Manhã (09:30 às 11:15) Tarde (14:30 às 16:40)	Nhoque pastoso Carne moída em molho <u>Salada:</u> Cenoura e beterraba cozida	Arroz colorido pastoso Feijão com caldo Frango assado picadinho Purê de batata <u>Salada:</u> Couve flor e vagem cozida	Arroz integral Feijão com caldo Batata doce e cabotiá assada Carne bovina picadinha em molho <u>Salada:</u> Beterraba e brócolis cozido	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína picadinha Aipim cozido <u>Salada:</u> Chuchu e cenoura cozida	Sopa de feijão com carne de gado e batata Laranja ou tangerina			
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				
		204,92kcal	31g	9g				
		61%	16%	23%				

Crianças de 0 a 4 meses: Servir somente a fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno (caso a mãe leve para a unidade).

Crianças de 4 a 6 meses: A introdução de alimentos só é recomendada caso já tenha ocorrido em casa, conforme orientado pelos pais. Durante esta faixa etária é preferível a introdução somente das frutas dos lanches, porém, se as refeições principais já foram introduzidas na alimentação (pelos pais), esta será mantida na creche. Para bebê que consome somente frutas, a fórmula infantil deverá ser oferecida e incentivado o seu consumo na primeira refeição. Oferecer a fórmula infantil, conforme aceitação e se a criança tiver fome, para aquelas que já se alimentam de todas as refeições (no mínimo 30 min. após a refeição). Os alimentos devem ser bem cozido a ponto de ser amassado.

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes e frangos desfiados deverão também ser cortados.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e sólidos.

Caso a criança demonstre sinais de prontidão, pode-se adicionar alimentos a primeira refeição de acordo com o cardápio 1 a 3 anos.

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas 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 de cada período.

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 (7 - 11 meses)

PERÍODO PARCIAL

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

SETEMBRO DE 2021

Terceira semana	2ª FEIRA 20/09	3ª FEIRA 21/09	4ª FEIRA 22/09	5ª FEIRA 23/09	6ª FEIRA 24/09			
Refeição 1 Manhã (08:00 às 9:00) Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula			
Refeição 2 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> Beterraba e vagem cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne suína picadinha refogada <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Sopa com arroz, frango e legumes (batata, cenoura, vagem, brócolis, couve flor, repolho, talos de legumes, abóbora)	Arroz integral pastoso Feijão com caldo Omelete <u>Salada:</u> Brócolis cenoura cozida	Macarrão integral com molho de frango picadinho <u>Salada:</u> 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				
	204,1kcal	29g 57%	9g 17%	6g 26%	165,42mcg	20,27mg	135,29mg	1,18mg

Crianças de 0 a 4 meses: Servir somente a fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno (caso a mãe leve para a unidade).

Crianças de 4 a 6 meses: A introdução de alimentos só é recomendada caso já tenha ocorrido em casa, conforme orientado pelos pais. Durante esta faixa etária é preferível a introdução somente das frutas dos lanches, porém, se as refeições principais já foram introduzidas na alimentação (pelos pais), esta será mantida na creche. Para bebê que consome somente frutas, a fórmula infantil deverá ser oferecida e incentivado o seu consumo na primeira refeição. Oferecer a fórmula infantil, conforme aceitação e se a criança tiver fome, para aquelas que já se alimentam de todas as refeições (no mínimo 30 min. após a refeição). Os alimentos devem ser bem cozido a ponto de ser amassado.

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes e frangos desfiados deverão também ser cortados.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e sólidos.

Caso a criança demonstre sinais de prontidão, pode-se adicionar alimentos a primeira refeição de acordo com o cardápio 1 a 3 anos.

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas 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 de cada período.

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 (7 - 11 meses)

PERÍODO PARCIAL

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

SETEMBRO DE 2021

Quarta semana	2ª FEIRA 27/09	3ª FEIRA 28/09	4ª FEIRA 29/09	5ª FEIRA 30/09	6ª FEIRA 01/10			
Refeição 1 Manhã (08:00 às 9:00) Tarde (13:15 às 15:30)	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula	Frutas* Leite/fórmula			
Refeição 2 Manhã (09:30 às 11:15) Tarde (14:30 às 16:40)	Polenta mole Carne moída refogada <u>Salada:</u> Beterraba e vagem cozida	Feijão com caldo Arroz integral pastoso Carne bovina picadinha refogada <u>Salada:</u> Couve flor e chuchu cozido	Arroz pastoso Feijão com caldo Carne suína picadinha Aipim cozido <u>Salada:</u> Cenoura cozida	Risoto de frango Abobrinha refogada com batata salsa <u>Salada:</u> Brócolis e chuchu cozido	Sopa de feijão com batata e macarrão Laranja ou tangerina			
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				
	204,45kcal	30g 58%	10g 17%	6g 25%	94,49mcg	18,39mg	135,25mg	1,46mg

Crianças de 0 a 4 meses: Servir somente a fórmula infantil e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno (caso a mãe leve para a unidade).

Crianças de 4 a 6 meses: A introdução de alimentos só é recomendada caso já tenha ocorrido em casa, conforme orientado pelos pais. Durante esta faixa etária é preferível a introdução somente das frutas dos lanches, porém, se as refeições principais já foram introduzidas na alimentação (pelos pais), esta será mantida na creche. Para bebê que consome somente frutas, a fórmula infantil deverá ser oferecida e incentivado o seu consumo na primeira refeição. Oferecer a fórmula infantil, conforme aceitação e se a criança tiver fome, para aquelas que já se alimentam de todas as refeições (no mínimo 30 min. após a refeição). Os alimentos devem ser bem cozido a ponto de ser amassado.

Crianças de 6 a 8 meses: Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos. As carnes e frangos desfiados deverão também ser cortados.

Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e sólidos.

Caso a criança demonstre sinais de prontidão, pode-se adicionar alimentos a primeira refeição de acordo com o cardápio 1 a 3 anos.

*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. ** As saladas poderão ser alteradas 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 de cada período.

Alessandra N. Weber

Alessandra Nelsi Weber
Nutricionista CRN10 3469

