

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

CARDÁPIO - CRECHE

FAIXA ETÁRIA (1 - 3 anos)

PERÍODO INTEGRAL

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

Dezembro de 2022

Primeira semana	2ª FEIRA (05/12)	3ª FEIRA (06/12)	4ª FEIRA (07/12)	5ª FEIRA (08/12)	6ª FEIRA (09/12)
<b>REFEIÇÃO I</b> Manhã (08:00 às 9:00)	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Bolo salgado integral com aveia Leite puro ou com cacau	Frutas* Farinha de linhaça Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão caseiro com nata Leite puro ou com canela	Frutas* Bolo de cenoura, banana, laranja Leite puro ou com canela
<b>REFEIÇÃO II</b> Manhã (09:30 às 11:15)	Polenta mole Sobrecoxa de frango em molho <u>Salada:</u> Tomate, repolho e beterraba cozida	Risoto integral de sobrecoxa com abóbora cabutia <u>Salada:</u> Acelga, repolho e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne suína moída refogada Farofa de talos e folhas <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura e vagem cozida	Arroz colorido Grão de bico com caldo Carne bovina cubos em molho <u>Salada:</u> Alface, tomate, beterraba e chuchu cozido	Arroz pastoso com espinafre Feijão preto Canjiquinha com frango Salada: Alface, couve flor e repolho cozido Frutas*
<b>REFEIÇÃO III</b> Tarde (13:15 às 1:30)	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
<b>REFEIÇÃO IV</b> Tarde (14:30 às 16:40)	Macarrão integral a bolonhesa <u>Salada:</u> Pepino fatiado e brócolis cozido	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Carne bovina iscas em molho <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada, pepino fatiado e couve flor cozido	Bolo salgado Suco de uva Banana	Feijão preto com caldo Arroz pastoso Moela em molho <u>Salada:</u> Alface, cenoura ralada e brócolis cozido	Pão de polvilho, mandioca sem ovos e sem leite Leite puro ou com cacau Maçã

AS OPÇÕES DE BOLO OU PÃO DE POLVILHO PODEM SER REALIZADAS NAS WAFLEIRAS, FORMAS RETANGULARES OU FORMAS DE PÃO DE QUEIJO.

\*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, bergamota, melão, morango, pêra e abacate

\*\* 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário, servir frutas no final do período da tarde para alunos que permanecem na unidade até mais 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 INTEGRAL**

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

**Dezembro de 2022**

Segunda semana	2ª FEIRA (12/12)	3ª FEIRA (13/12)	4ª FEIRA (14/12)	5ª FEIRA (15/12)	6ª FEIRA (16/12)
<b>REFEIÇÃO I</b> <b>Manhã (08:00 às 9:00)</b>	Frutas* Pão de polvilho Leite puro ou com cacau	Frutas* Torta de Farofa com aveia, maçã e banana Leite puro ou com cacau	Frutas* Pão caseiro com pasta de amendoim Leite puro ou com canela	Frutas* Wafler salgado Leite puro ou com canela	Frutas* Batata doce assada Leite puro ou com cacau
<b>REFEIÇÃO II</b> <b>Manhã (09:30 às 11:15)</b>	Arroz pastoso Feijão carioca com caldo Moela em molho <u>Salada:</u> Beterraba e chuchu cozido	Arroz integral pastoso Feijão preto com caldo Coração de frango <u>Salada:</u> Repolho, brócolis e cenoura cozida	Arroz pastoso com espinafre Feijão preto Canjiquinha com frango <u>Salada:</u> Alface, couve flor e repolho cozido	Arroz pastoso Grão de bico com caldo Sobrecoca em molho <u>Salada:</u> Alface, repolho, beterraba e vagem cozida	Arroz pastoso Lentilha com caldo Carne bovina picadinha <u>Salada:</u> Alface, beterraba e chuchu cozido
<b>REFEIÇÃO III</b> <b>Tarde (13:15 às 14:30)</b>	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*	Frutas*
<b>REFEIÇÃO IV</b> <b>Tarde (14:30 às 16:40)</b>	Macarrão a bolonhesa <u>Salada:</u> Tomate, pepino fatiado e brócolis cozido	Sopa de feijão preto com arroz, carne de gado e batata Laranja	Risoto de coxinha de frango com cabotia <u>Salada:</u> Alface, repolho, cenoura cozida	Sopa de verduras e legumes: Talos de brócolis, couve flor, couve folha, salsa, espinafre, repolho, cenoura, aipim e macarrão e frango	Arroz pastoso com espinafre Feijão preto Canjiquinha com carne suína <u>Salada:</u> Alface, couve flor e repolho cozido

\*Considerar 3 variedades diferentes de frutas e servir conforme o amadurecimento. Frutas: laranja, mamão, manga, melancia, maçã, banana, abacaxi, bergamota, melão, morango, pêra e abacate

\*\* 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 alimentos ultraprocessados.

Caso necessário, servir frutas no final do período da tarde para alunos que permanecem na unidade até mais tarde.

*Alessandra N. Weber*

**Alessandra Nelsi Weber**  
**Nutricionista CRN10 3469**

