

**CARDÁPIO I MODIFICADO**  
**CENTRO INTEGRADO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – CRECHE LIBERDADE**  
**EDUCAÇÃO INFANTIL SÉRIES INICIAIS (4 A 5 ANOS)**  
**FEVEREIRO A JUNHO DE 2024**



Elaborado pelas Nutricionistas:

  
Moisanete de Jesus A. Pinheiro (RT)  
CRN11:4557

  
Diana Messia P. S. Monteiro (QT)  
CRN11:3555

  
Mª do Socorro W. Jansen (QT)  
CRN11:8034

  
Suzana Bonifá F. da Silva (QT)  
CRN11:4438

  
Renata Rodrigues N. Rabin (QT)  
CRN11: 2164



## ATENÇÃO

1. Os **horários de realização das refeições descritos** nos cardápios são apenas uma previsão, a escola escolhe o melhor horário para ofertá-las aos alunos;
2. A **FRUTA** e a **POLPA DE FRUTA** poderão ser escolhidas de acordo com a sazonalidade da região;
3. **Alunos que apresentarem alguma patologia** (Alergia à Proteína do Leite de Vaca, Diabetes, Dislipidemias, Doença Celíaca, Intolerância a Lactose, Hipertensão Arterial e Fenilcetonúria), deverão apresentar laudo médico à gestão da escola, que por sua vez servirá a estes alunos o cardápio específico considerando a patologia;
4. **Toda e qualquer alteração feita nos cardápios é de responsabilidade do Setor de Nutrição.**



Elaborado pelas Nutricionistas:

  
Moisés de Jesus A. Pinheiro (RT)  
CRN11:4557

  
Diana Messia P. S. Monteiro (QT)  
CRN11:3555

  
Mª do Socorro N. Jansen (QT)  
CRN11:8034

  
Suzana Borges F. da Silva (QT)  
CRN11:4418

  
Renata Rodrigues N. Rabin (QT)  
CRN11: 2164

| SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO                         |  |  |  |  |  |
|----------------------------------------------------------|--|--|--|--|--|
| PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE                  |  |  |  |  |  |
| CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio I – Séries Iniciais |  |  |  |  |  |
| MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral                    |  |  |  |  |  |
| ZONA: Urbana                                             |  |  |  |  |  |
| FAIXA ETÁRIA: 04 a 05 anos                               |  |  |  |  |  |
| PERÍODO: Integral                                        |  |  |  |  |  |

| FEVEREIRO A JUNHO 2024                    |                                                                                                          |                                                                                                                                  |                                                                                                                                                  |                                                                                                                                             |                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1ª SEMANA                                 | 2ª FEIRA                                                                                                 | 3ª FEIRA                                                                                                                         | 4ª FEIRA                                                                                                                                         | 5ª FEIRA                                                                                                                                    | 6ª FEIRA                                                                                                                               |
| LANCHE DA MANHÃ: 9h30                     | Suco de acerola e farofa capira matinal (flocão de milho, ovos, cebolinha)                               | Suco de caju e beijú com manteiga                                                                                                | Mix de frutas (mamão e banana em cubos)<br>Obs: podendo utilizar aveia em flocos finos                                                           | Suco de acerola e pão com manteiga + maça                                                                                                   | Salada de frutas (banana, maçã, laranja)                                                                                               |
| ALMOÇO: 12h                               | Macarronada de frango (macarrão, frango desfiado, abóbora, brócolis) e saladinha verde (alface e rúcula) | Batido de dois (arroz, feijão), omelete (ovo, cheiro-verde, tomate, cenoura, vagem), saladinha crua (acelga e tomate) + melancia | Arroz branco, peixada da tia (peixe, cenoura, batata inglesa, vinagreira), pirão, saladinha de feijão verde (feijão verde, tomate, cheiro verde) | Arroz com couve, carne trinchada, feijão com maxixe e quiabo, farofinha crocante, saladinha crua (pepino, tomate, cheiro verde) + tangerina | Arroz branco, torta de frango (frango, ovo, batata doce, ervilha), feijão, purê de abóbora, saladinha (alface e tomate) + suco de caja |
| LANCHE DA TARDE: 15h30                    | Biscoito maizena + melão                                                                                 | Caldo de macaxeira com carne moída                                                                                               | Suco de manga e bolo cremoso de milho                                                                                                            | Suco de maracujá e farofinha de frango desfiado com vagem, repolho e tomate                                                                 | Sopa de carne moída, macarrão e legumes (beterraba, batata inglesa, cenoura, vinagreira)                                               |
| Composição Nutricional<br>(Média Semanal) |                                                                                                          | Energia (Kcal)                                                                                                                   | CHO (g)                                                                                                                                          | PTN (g)                                                                                                                                     | PLD (g)                                                                                                                                |
|                                           |                                                                                                          | 897,02                                                                                                                           | 133 g                                                                                                                                            | 39 g                                                                                                                                        | 29 g                                                                                                                                   |
|                                           |                                                                                                          | 101 %                                                                                                                            | 57 %                                                                                                                                             | 18 %                                                                                                                                        | 26 %                                                                                                                                   |

Elaborado pelas Nutricionistas:

  
Moysane de Jesus A. Pinheiro (RT)  
CRN11:4557

  
Diana Messala P. S. Monteiro (QT)  
CRN11:3555

  
Mª do Socorro M. Jansen (QT)  
CRN11: 8034

  
Suzana Bôssa F. da Silva (QT)  
CRN11:4418

  
Renata Rodrigues N. Rabin (QT)  
CRN11: 2164

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE  
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I – Séries Iniciais  
MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral  
ZONA: Urbana  
FAIXA ETÁRIA: 04 a 05 anos  
PERÍODO: Integral

FEVEREIRO A JUNHO 2024

| 2ª SEMANA                                 | 2ª FEIRA                                                                                                | 3ª FEIRA                                                                                          | 4ª FEIRA                                                                                                                   | 5ª FEIRA                                                                                                  | 6ª FEIRA                                                                                                        |
|-------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE DA MANHÃ: 9h30                     | Mix de frutas (banana e maçã)<br><br>Obs: podendo utilizar leite em pó e/ou aveia em flocos finos       | Suco de caju e biscoito rosquinha                                                                 | Suco de goiaba e beijú com manteiga + maçã                                                                                 | Chocolate e pão com ovos mexidos<br>Obs: servir o chocolate quente ou gelado                              | logurte de frutas e biscoito salgado                                                                            |
| ALMOÇO: 12h                               | Baño de dois (arroz, feijão), almondega ao molho de tomate, macarrão, saladinha crua (repolho e rúcula) | Arroz com abóbora, filezinhos de frango, feijão, saladinha cozida de beterraba + suco de maracujá | Arroz branco, assado de panela, feijão com vinagreira e couve, saladinha (repolho, tomate, cheiro verde) + suco de acerola | Arroz branco, frango cozido, purê de batata inglesa, feijão, saladinha (alfaca, beterraba ralada) + melão | Arroz maria izabel (arroz, carne em cubos, cebola), feijão, saladinha refogada (abobrinha e cenoura) + melancia |
| LANCHE DA TARDE: 15h30                    | Suco de caju e bolo de laranja mesclado                                                                 | Cuscuz nordestino (flocão de milho, carne desfiada) + laranja                                     | Caldo de macaxeira com frango desfiado                                                                                     | Salada de frutas (banana, laranja, mamão, aveia)                                                          | Macarronada à bolonhesa (macarrão, carne moída, tomate, berinjela)                                              |
| Composição Nutricional<br>(Média Semanal) | Energia (Kcal)                                                                                          |                                                                                                   |                                                                                                                            |                                                                                                           |                                                                                                                 |
|                                           | 922,10                                                                                                  |                                                                                                   |                                                                                                                            |                                                                                                           |                                                                                                                 |
|                                           | 103 %                                                                                                   |                                                                                                   |                                                                                                                            |                                                                                                           |                                                                                                                 |
|                                           |                                                                                                         | CHO (g)                                                                                           |                                                                                                                            | PTN (g)                                                                                                   |                                                                                                                 |
|                                           |                                                                                                         | 129 g                                                                                             |                                                                                                                            | 41 g                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                           |                                                                                                         | 59 %                                                                                              |                                                                                                                            | 18 %                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                           |                                                                                                         |                                                                                                   |                                                                                                                            | PLD (g)                                                                                                   |                                                                                                                 |
|                                           |                                                                                                         |                                                                                                   |                                                                                                                            | 29 g                                                                                                      |                                                                                                                 |
|                                           |                                                                                                         |                                                                                                   |                                                                                                                            | 26 %                                                                                                      |                                                                                                                 |

Elaborado pelas Nutricionistas:

  
Moysane de Jesus A. Pinheiro (RT)  
CRN11:4557

  
Diana Messala P. S. Monteiro (QT)  
CRN11:3555

  
Mª do Socorro M. Jansen (QT)  
CRN11:8034

  
Suzana Batista P. da Silva (QT)  
CRN11:4418

  
Renata Rodrigues N. Rabin (QT)  
CRN11: 2164

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE  
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Séries Iniciais  
MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral  
ZONA: Urbana  
FAIXA ETÁRIA: 04 a 05 anos  
PERÍODO: Integral

| 3ª SEMANA                                 |  | 2ª FEIRA                                                                                                            | 3ª FEIRA                                                                                               |         | 4ª FEIRA                                                                                             | 5ª FEIRA                                                                                                                        | 6ª FEIRA                                                                                           |
|-------------------------------------------|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE DA MANHÃ: 9h30                     |  | Chocolate e pão com manteiga<br>Obs: servir o chocolate quente ou gelado                                            | Suco de manga e biscoito rosquinha                                                                     |         | Cubinhos de frutas (melão, mamão)                                                                    | Suco de maracujá e cuscuz                                                                                                       | Suco refrescante (acerola, laranja) e beijú com manteiga                                           |
| ALMOÇO: 12h                               |  | Arroz branco, carne moída cozida com cenoura e batata inglesa, macarrão, saladinha tricolor (acelga, manga, tomate) | Galinhada com cenoura, feijão com chuchu e João gomes, macarrão, saladinha (rúcula e tomate) + laranja |         | Arroz branco, cozidão com maxixe e quiabo, feijão com abóbora, saladinha (alface e tomate) + abacaxi | Arroz branco, peixe frito, farofinha crocante, Saladinha de feijão verde (feijão verde, tomate, cheiro verde) + suco de acerola | Arroz com couve, tirinhas de carne, macarrão, feijão, saladinha crua (repolho e rúcula) + melancia |
| LANCHE DA TARDE: 15h30                    |  | Suco de goiaba e farofinha de frango desfiado com vagem, repolho e tomate                                           | Caldo de macaxeira com carne moída                                                                     |         | Suco de acerola e beijú com ovos mexidos                                                             | Suco de caju e bolo delícia de banana com uva passas                                                                            | Sopa de frango, macarrão e legumes (abóbora, maxixe, quiabo, inhame)                               |
| Composição Nutricional<br>(Média Semanal) |  | Energia (Kcal)                                                                                                      |                                                                                                        | CHO (g) |                                                                                                      | PTN (g)                                                                                                                         |                                                                                                    |
|                                           |  | 877,21                                                                                                              |                                                                                                        | 115 g   |                                                                                                      | 33 g                                                                                                                            |                                                                                                    |
|                                           |  | 103 %                                                                                                               |                                                                                                        | 59 %    |                                                                                                      | 18 %                                                                                                                            |                                                                                                    |
|                                           |  |                                                                                                                     |                                                                                                        |         |                                                                                                      | PLD (g)                                                                                                                         |                                                                                                    |
|                                           |  |                                                                                                                     |                                                                                                        |         |                                                                                                      | 24 g                                                                                                                            |                                                                                                    |
|                                           |  |                                                                                                                     |                                                                                                        |         |                                                                                                      | 28 %                                                                                                                            |                                                                                                    |

Elaborado pelas Nutricionistas:

Molsane de Jesus A. Pinheiro (RT)  
CRN11:4557

Diana Messala P. S. Monteiro (QT)  
CRN11:3555

Mª do Socorro M. Jensen (QT)  
CRN11:8034

Suzana Borja F. da Silva (QT)  
CRN11:4418

Renata Rodrigues N. Rabin (QT)  
CRN11:2164

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO - PNAE  
CARDÁPIO - ETAPA DE ENSINO: Cardápio I - Séries Iniciais  
MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral  
ZONA: Urbana  
FAIXA ETÁRIA: 04 a 05 anos  
PERÍODO: Integral

FEVEREIRO A JUNHO 2024

| 4ª SEMANA                                 | 2ª FEIRA                                                                                                        | 3ª FEIRA                                                                                                     | 4ª FEIRA                                                                                                                                       | 5ª FEIRA                                                                                                                                     | 6ª FEIRA                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| LANCHE DA MANHÃ: 9h30                     | Suco de cajá e cuscuz de milho com ovos mexidos                                                                 | Suco de acerola e pão com manteiga + melancia                                                                | Suco de caju e bolo de chocolate                                                                                                               | Suco de manga e beiju com manteiga                                                                                                           | Salada de frutas (banana, laranja, mamão, aveia)                                                                                                |
| ALMOÇO: 12h                               | Arroz branco, filezinhos de frango, feijão com couve, saladinha cozida (chuchu, beterraba, berinjela) + laranja | Baño de dois (arroz, feijão), peixe assado, purê de batata inglesa, saladinha cozida (vagem, cenoura, couve) | Arroz temperado (arroz, cenoura, vagem, couve), assado de panela, feijão com abóbora e vinagreira, saladinha (alface e tomate) + suco de manga | Macarronada de frango (macarrão, frango desfiado, cenoura ralada, cheiro-verde), suflê de legumes (berinjela, chuchu, abobrinha) + tangerina | Baño de dois (arroz, feijão), torta de carne (carne bovina desfiada, ervilha, cenoura, repolho), saladinha (tomate e pepino) + suco de maracujá |
| LANCHE DA TARDE: 15h30                    | Mix de frutas (banana e maçã)<br>Obs.: podendo utilizar leite em pó e/ou aveia em flocos finos                  | Yogurte de fruta e biscoito salgado                                                                          | Suco de laranja com beterraba e pão com ovos mexidos                                                                                           | Cuscuz nordestino (fiocão de milho, carne desfiada) + laranja                                                                                | Caldinho de abóbora, inhame e carne em cubinhos                                                                                                 |
| Composição Nutricional<br>(Média Semanal) | Energia (Kcal)                                                                                                  |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |
|                                           | 800,82                                                                                                          |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |
|                                           | 104 %                                                                                                           |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |
|                                           | CHO (g)                                                                                                         |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |
|                                           | 122 g                                                                                                           |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |
|                                           | 61 %                                                                                                            |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |
|                                           | PTN (g)                                                                                                         |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |
|                                           | 30 g                                                                                                            |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |
|                                           | 18 %                                                                                                            |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |
|                                           | PLD (g)                                                                                                         |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |
|                                           | 20 g                                                                                                            |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |
|                                           | 25 %                                                                                                            |                                                                                                              |                                                                                                                                                |                                                                                                                                              |                                                                                                                                                 |

Elaborado pelas Nutricionistas:

Moisane de Jesus A. Pinheiro (RT)  
CRN11:4557

Diana Messaia F. S. Monteiro (QT)  
CRN11:3555

Mª do Socorro M. Jansen (QT)  
CRN11:8034

Suzana Borba F. da Silva (QT)  
CRN11:4418

Renata Rodrigues N. Rabin(QT)  
CRN11: 2164