

CARDÁPIO I
CENTRO INTEGRADO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – CRECHE
EDUCAÇÃO INFANTIL SÉRIES INICIAIS (1 A 3 ANOS)
FEVEREIRO A JUNHO DE 2025

Elaborado pelas Nutricionistas:

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

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

M^a do Socorro M. Jansen (QT)
CRN11: 8034

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

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:

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

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

M^ª do Socorro M. Jansen (QT)
CRN11: 8034

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

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio I – Séries Iniciais MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral ZONA: Urbana FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Mingau de aveia (leite integral em pó, aveia)	Vitamina de abacate (leite integral, abacate)	Suco de uva com pão massa fina	Salada de fruta (melão, melancia e mamão) <i>Obs: cortar em palito</i>	Leite quente (leite integral em pó) e beiju
ALMOÇO: 12h	Arroz branco bem cozido, feijão carioca simples bem cozido, sobrecoxa de frango assada e salada : de alface e tomate em rodelas e laranja <i>Obs: Cuidado com caroço</i>	Arroz branco bem cozido, feijão preto bem cozido com vinagreira, bife bovino ao molho Salada de repolho e cheiro verde e banana <i>Obs: descasque até a metade e deixe a criança pegar</i>	Arroz branco bem cozido, feijão preto simples bem cozido, frango cozido com batata doce e Salada de acelga em tiras e beterraba ralada	Arroz branco bem cozido, feijão carioca bem cozido, carne bovina rinchada, Salada de macarrão, cenoura ralar bem fina	Arroz com açafrão bem cozido, feijão verde cozido, carne bovina assada no forno, Salada no vapor (chuchu e abóbora) <i>Obs: cortar os legumes em palito</i>
LANCHE DA TARDE: 15h30	Macarrão de parafuso com carne moída	Sopa de frango com legumes (frango em cubos, chuchu, abóbora, beterraba, vinagreira, macarrão)	Farofa de cusuz com ovos mexidos e banana <i>Obs: descasque até a metade e deixe a criança pegar</i>	Crepioca em pedaços (ovo, farinha de tapioca) com suco de caju	Torta salgada de frango desfiado com cenoura e vagem com Suco de Goiaba
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)

OBS:

- Todos os alimentos deverão ser bem cozidos;
- Atenção às verduras que deverão ser em forma de palito;
- O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso;
- As frutas deverão ser servidas de acordo com seu estado de maturação (madura);

PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.

Elaborado pelas Nutricionistas:

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

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

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

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

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio I – Séries Iniciais MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral ZONA: Urbana FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Leite morno e cuscuz de milho	Banana em cubos com leite integral em pó e aveia em flocos Obs: cortar em rodela a banana	Suco de goiaba com quadrado de banana	Mingau de milho (leite integral em pó e milho branco)	Suco de caju com pão de batata doce
ALMOÇO: 12h	Arroz branco bem cozido, carne em tiras refogada, feijão preto com vinagreira e abóbora e Salada crua (acelga, tomate) Obs: cortar o tomate em rodela	Arroz branco bem cozido, filé de frango trinchado, feijão carioca simples, purê de batata inglesa e Salada de alface e pepino Obs: cortar o pepino em palito	Arroz branco bem cozido, torta de carne moída com cenoura e cebolinha, feijão verde com quiabo e berinjela, macarrão e salada repolho e rúcula e laranja Obs: Cuidado com caroço	Arroz branco bem cozido, peixe cozido com batata doce, ovo e cenoura e salada crua de acelga com cheiro verde e melão Obs: Cortar em palito	Arroz de cenoura bem cozida, frango ao molho com vagem e abóbora, macarrão simples e salada pepino e tomate Obs: cortar o pepino e tomate em palito
LANCHE DA TARDE: 15h30	Creme de macaxeira com carne bovina desfiada	Sanduíche de frango desfiado e alface com Suco de caju	Caldo de abóbora, inhame e carne em cubinhos	Macarronada de carne moída e coentro	Farofa com cuscuz de milho com ovo, tomate e cheiro verde com laranja Obs: Cuidado com caroço
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)

OBS:

- Todos os alimentos deverão ser bem cozidos;
- Atenção às verduras que deverão ser em forma de palito;
- O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso;
- As frutas deverão ser servidas de acordo com seu estado de maturação (madura);

PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.

Elaborado pelas Nutricionistas:

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

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

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

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

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio I – Séries Iniciais MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral ZONA: Urbana FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Mamão em palito e aveia em flocos	Suco de manga e pão massa grossa	Mingau de tapioca (leite integral em pó e tapioca)	Vitamina de banana (leite integral e banana) com biscoito de laranja	Suco de manga e beiju
ALMOÇO: 12h	Arroz branco bem cozido, assado de panela de carne bovina, feijão verde com couve e Salada alface e tomate em rodelas com abacaxi obs: Tirar o miolo e deixar em rodelas	Arroz branco bem cozidos, frango ao cubo com cebola, feijão preto simples e Salada crua acelga e pimentão verde em tiras	Arroz branco bem cozido, carne bovina trinchada, purê de macaxeira e Salada de repolho com cheiro verde e tangerina Obs; cuidado com caroço	Arroz branco bem cozido, torta de frango desfiado com ovo, feijão preto com João gomes e Salada cozida cenoura e beterraba em tiras	Arroz baião de dois bem cozido, peixe assado no forno com batata inglesa e cheiro verde, cuxá e laranja Obs; cuidado com caroço
LANCHE DA TARDE: 15h30	Suco de acerola com pão com ovos mexidos	Sopa de legumes com macarrão (carne em cubos, macarrão, cenoura, batata inglesa e vagem)	Macarronada misto (carne moída e ovo cozido em pedaços)	Salada de fruta (melão, melancia e mamão) Obs: cortar em palito	Risoto de frango desfiado com cenoura ralada com banana Obs: descasque até a metade e deixe a criança pegar
Composição Nutricional (Média Semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g)		PTN (g)
				LPD (g)	

OBS:

- Todos os alimentos deverão ser bem cozidos;
- Atenção às verduras que deverão ser em forma de palito;
- O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso;
- As frutas deverão ser servidas de acordo com seu estado de maturação (madura);

PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.

Elaborado pelas Nutricionistas:

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

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

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

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

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- PNAE					
CARDÁPIO – ETAPA DE ENSINO: Cardápio I – Séries Iniciais MODALIDADE DE ENSINO: Creche Integral ZONA: Urbana FAIXA ETÁRIA: 01 a 03 anos PERÍODO: Integral					
FEVEREIRO A JUNHO 2025					
4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Suco de caju com pão massa fina	logurte caseiro com cookie de banana	Mix de fruta (mamão e melão) Obs: cortar as frutas em formato de palito	Vitamina de banana (leite integral em pó, banana)	Suco de cajá com bolo simples sem açúcar
ALMOÇO: 12h	Arroz branco bem cozido, frango refogado, feijão carioca simples, macarrão e Salada crua repolho e cebolinha e laranja Obs: cuidado com o caraço	Arroz branco bem cozido, carne cozida com maxixe, quiabo e vinagreira e Salada crua acelga e rúcula e melão Obs: Cortar o melão em tiras	Arroz com feijão bem cozido, carne em tiras refogada, purê de batata doce e Salada alface e cheiro verde	Arroz branco bem cozido, frango assado no forno, feijão preto simples e salada repolho, tomate em rodela e abacaxi Obs: Cortar o abacaxi em rodela	Arroz de branco bem cozido, almôndegas ao molho de tomate e manjericão e salada de alface, salsinha e pepino em palito e melancia Obs: Cortar a melancia em palito
LANCHE DA TARDE: 15h30	Sopa creme (canoura, batata inglesa, cheiro verde liquidificado com carne bovina desfiada)	Suco de cajá com Sanduiche de carne moída	Macarrão ao molho com carne moída e manjericão	Caldo de macaxeira com frango desfiado e cheiro verde	Leite morno com cuscuz de arroz
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)

OBS:

- Todos os alimentos deverão ser bem cozidos;
- Atenção às verduras que deverão ser em forma de palito;
- O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso;
- As frutas deverão ser servidas de acordo com seu estado de maturação (madura);

PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.

Elaborado pelas Nutricionistas:

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

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

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

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