



**CARDÁPIO I**  
**CENTRO INTEGRADO DE EDUCAÇÃO INFANTIL – CRECHE**  
**EDUCAÇÃO INFANTIL SÉRIES INICIAIS (4 A 5 ANOS)**  
**FEVEREIRO A JUNHO DE 2023**

Elaborado pelas Nutricionistas:

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

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

M<sup>ª</sup> do Socorro M. Jansen (QT)  
CRN11: 8034

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

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:

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

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

M<sup>ª</sup> do Socorro M. Jansen (QT)  
CRN11: 8034

Suzana Borba 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 2023					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Cuscuz de milho com ovos mexidos	Vitamina maravilha (polpa de goiaba, leite integral, aveia)	Café com leite e beiju com manteiga <b>OBS: Poderá ser substituído por leite</b>	<b>Suco misto</b> (laranja e cenoura) com pão com manteiga	Iogurte de frutas + <b>melancia em cubinhos</b>
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz com cenoura, bolinha de carne, feijão colorido (feijão, couve e abóbora + <b>suco de acerola</b> )	Arroz branco, peixe ensopado (batata inglesa, cenoura, vinagreira, espinafre), pirão + <b>laranja</b>	Arroz branco, franguinho cozido, macarrão nutritivo, feijão, saladinha divertida (alface, beterraba ralada) + <b>mamão em cubinhos</b>	Arroz nordestino (arroz, feijão), tirinhas de carne, salada da vovó (cheiro-verde, pepino, tomate) + <b>suco de caju</b>	Arroz branco, torta de frango (frango, batata inglesa, ervilha), creme de espinafre, salada crua (alface, tomate em cubos) + <b>suco de cajá</b>
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Vitamina do Huck (abacate, leite em pó integral, aveia)	<b>Banana</b> cortada em cubos com aveia em flocos finos	<b>Salada de frutas colorida II</b> (banana, laranja, mamão, aveia)	<b>Suco de maracujá</b> com bolo tentação	Mingau de chocolate (leite em pó integral, chocolate em pó, amido de milho)
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		911,99	124g	40g	26g
		100%	56%	19%	25%

**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

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 2023					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Suco vitaminado (acerola e laranja)	Vitamina gostosa (banana, maçã, aveia)	Suco de cajá e macaxeira cozida com ovos mexidos	Café com leite com cuscuta de arroz <b>OBS: Poderá ser substituído por leite</b>	Salada de fruta nutritiva (banana, mamão, leite em pó integral, aveia)
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, carne moída cozida com cenoura e batata inglesa, macarrão, salada picadinha (acelga, manga, tomate) + <b>tangerina</b>	Arroz com feijão, tirinhas de frango cozido, purê de batata inglesa, salada refogada de chuchu, beterraba e berinjela) + <b>suco de caju</b>	Arroz nutritivo (arroz, cenoura, vagem, couve), torta de carne desfiada (carne bovina, cheiro-verde, cenoura, repolho), feijão com abóbora e vinagreira, salada de tomate e alface picado + <b>maçã em cubinhos</b>	Arroz branco, omelete colorido I (cebolinha, tomate e cenoura ralada), feijão com couve, salada crua de tomate e pepino + <b>suco de manga</b>	Arroz do Huck (arroz, couve), peixe assado, creme de milho, salada colorida refogada (vagem, cenoura) + <b>laranja</b>
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Salada de frutas colorida I (banana, maçã, melão, aveia)	iogurte de fruta com bolo mesclado	Caldinho nutritivo (frango desfiado, couve picadinha, batata inglesa em cubos pequenos)	<b>Suco de maracujá + Manuê</b>	Vitamina da força (abacate, leite em pó integral, aveia)
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>922,10</b>	<b>129g</b>	<b>41g</b>	<b>29g</b>
		<b>103%</b>	<b>57%</b>	<b>18%</b>	<b>28%</b>

SECRETARIA DE ESTADO DA EDUCAÇÃO

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

Renata Rodrigues N. Rabin(QT)  
CRN11: 2164

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 2023					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Suco de acerola com bolo doce	Café com leite e batata doce  <b>OBS: Poderá ser substituído por leite</b>	Suco de abacaxi com bolo docinho (banana, aveia, canela)	Mingau de chocolate (leite em pó integral, chocolate em pó, amido de milho)	Vitamina tropical (polpa de acerola, leite em pó integral, aveia)
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz natureza, mexido de carne bovina moída com ovos e cebolinha, feijão com couve, salada de alface com cenoura ralada refogada + <b>laranja</b>	Arroz branco, franguinho colorido, purê de abóbora, salada tropical (alface, cebolinha, tomate, feijão-verde) + <b>suco de caju</b>	Arroz branco, tirinhas de peixe, creme de espinafre, salada refogada de beterraba e cenoura raladas + <b>melão em cubinhos</b>	Arroz proteico, picadinho saboroso, feijão com maxixe e quiabo, salada de abobrinha refogada em cubos, tomate em rodela e cebolinha picada + <b>suco de maracujá</b>	Arroz colorido, frango assado, feijão com vinagreira e abóbora, salada refogada de chuchu e cenoura em cubos + <b>tangerina</b>
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	Mingau de aveia (aveia, leite em pó integral, canela) com <b>banana em cubinhos</b>	Caldinho do Huck (carne bovina moída, batata inglesa, cheiro-verde)	Suco de goiaba com bolo de milho com calda de cacau	Salada saudável (banana, laranja, maçã, aveia)	Chocolate quente com macaxeira cozida e ovos mexidos
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
		<b>855,38</b>	<b>123g</b>	<b>39g</b>	<b>26g</b>
		<b>103%</b>	<b>58%</b>	<b>18%</b>	<b>28%</b>

**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

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 2023					
4ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ: 9h30</b>	Café com leite e bolo de banana  <b>OBS: Poderá ser substituído por leite</b>	Vitamina mista (leite em pó integral, banana, maçã, aveia)	Chocolate quente + beiju com manteiga	Mingau de aveia (aveia, leite em pó integral, canela) com <b>banana em cubinhos</b>	<b>Suco energético</b> (laranja e beterraba) + pão com manteiga
<b>ALMOÇO: 12h</b>	Arroz branco, torta nutritiva (frango, ovo, batata inglesa, beterraba ralada, vinagreira), feijão com espinafre, salada refogada de cenoura e repolho) + <b>maçã em cubinhos</b>	Arroz verdinho (arroz, couve), omelete colorido II (ovo, cheiro-verde, tomate picadinho), feijão com abóbora, salada crua (alface, rúcula, tomate) + <b>suco de acerola</b>	Arroz branco, stroganoff de carne bovina em tirinhas, feijão, macarrão com cebolinha, salada (feijão-verde, tomate, cheiro-verde, cebola) + <b>laranja</b>	Baião de dois (arroz, feijão), peixe frito, purê de abóbora, salada cozida nutritiva (beterraba, cenoura, chuchu) + <b>suco de caju</b>	Arroz xadrez (arroz, cenoura, couve, vagem), mexido de carne bovina moída com ovos e cebolinha, macarrão, salada cozida de repolho e abobrinha e tomate picadinho) + <b>melão em cubinhos</b>
<b>LANCHE DA TARDE: 15h30</b>	<b>Suco de goiaba</b> com bolo tentação	Caldinho de carne bovina moída com abóbora	Cubinhos de frutas com calda de cacau (banana, mamão)	Mingau nutritivo (milho branco, leite em pó integral, canela)	Leitinho da vovó com beiju
<b>Composição Nutricional (Média Semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>		<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>PLD (g)</b>
	897,46		120g	39g	30g
	103%		55%	18%	32%

**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

Renata Rodrigues N. Rabin(QT)  
CRN11: 2164