

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



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

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^a 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 2024					
1ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Leite morno e farofa caipira matinal (flocão de milho, ovos, cebolinha)	Suco de caju e beiju com manteiga	Salada de frutas (banana, maçã, laranja)	Vitamina mista (mamão, leite integral, açúcar, aveia)	Suco de acerola e pão com manteiga + maça
ALMOÇO: 12h	Macarronada de frango (macarrão, frango desfiado, abóbora, brócolis) e saladinha verde (alface e rúcula)	Baião 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 cajá
LANCHE DA TARDE: 15h30	Suco de goiaba e macaxeira cozida	Mingau do urso marrom (leite em pó integral, açúcar, chocolate em pó, amido de milho)	Suco de manga e bolo cremoso de milho	Suco de maracujá e biscoito maizena + melão	Sopa de carne moída, macarrão e legumes (beterraba, batata inglesa, cenoura, vinagreira)
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	PLD (g)
		897,02 kcal	133 g	39 g	29 g
		101 %	57 %	18 %	26 %

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 2024					
2ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Vitamina de banana e maçã (banana, maçã, leite em pó integral)	Mingau de tapioca com coco (tapioca, leite em pó integral, açúcar, coco)	Leite morno e beiju com manteiga + maçã	<u>Chocolate</u> e macaxeira cozida com ovos mexidos Obs: servir o chocolate quente ou gelado	Iogurte de frutas e biscoito salgado
ALMOÇO: 12h	Baião de dois (arroz, feijão), almôndega 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 (alface, 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 batata doce cozida	Suco de cajá e bolo de laranja mesclado	Caldo de macaxeira com frango desfiado	Salada de frutas (banana, laranja, mamão, aveia)	Macarronada à bolonhesa (macarrão, carne moída, tomate, berinjela)
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	PLD (g)
		922,10 kcal	129 g	41 g	29 g
		103 %	59 %	18 %	26 %

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 2024					
3ª SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ: 9h30	Leite morno e pão com manteiga	Suco de manga e biscoito rosquinha	Cubinhos de frutas (melão, mamão)	Caldo de ovos com cheiro verde	Suco refrescante (acerola, laranja) e beiju 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	Mingau de aveia (leite em pó integral, aveia, canela) + banana	Abacatada (abacate, leite em pó integral, açúcar)	Suco de goiaba e farofinha de frango desfiado com vagem, repolho e tomate	Suco de caju e bolo de banana	Sopa de frango, macarrão e legumes (abóbora, maxixe, quiabo, inhame)
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	PLD (g)
		877,21 kcal	115 g	33 g	24 g
		103 %	59 %	18 %	28 %

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 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	Leite morno e beiju com manteiga	Mingau do urso marrom (leite em pó integral, açúcar, chocolate em pó, amido de milho) + maçã
ALMOÇO: 12h	Arroz branco, filezinhos de frango, feijão com couve, saladinha cozida (chuchu, beterraba, berinjela) + laranja	Baião 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	Baião de dois (arroz, feijão), torta de carne (carne bovina desfiada, ervilha, cenoura, repolho), saladinha (tomate e pepino) + suco de maracujá
LANCHE DA TARDE: 15h30	Salada de frutas (banana, laranja, mamão, aveia)	logurte de fruta e macaxeira cozida	Suco de laranja com beterraba e biscoito salgado	Suco de goiaba e pão com ovos mexidos	Caldinho de abóbora, inhame e carne em cubinhos
Composição Nutricional (Média Semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	PLD (g)
		800,82 kcal	122 g	30 g	20 g
		104 %	61 %	18 %	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