



PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM SUCESSO DO SUL
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ESCOLAR 2022 - ESCOLA IRMÃ NELI/ PARCIAL 6 a 10 anos- **VERÃO III – 31 de Outubro à 22 de Dezembro**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã	Frutas/ Biscoito Chá de ervas naturais	Pão caseiro com manteiga Café com leite	Pão de leite com queijo Café com leite	Broa Café com leite	Cuca Chá de ervas naturais
1ª SEMANA	Omelete com queijo, tomate, cebola, cheiro verde Arroz e salada verde	Feijão, arroz, carne bovina iscas com legumes Salada de alface	Pão de cenoura ou de leite com doce caseiro ou mel/ Vitamina de Banana com aveia e leite *Verificar intolerantes antes de servir.	Risoto com carne de frango e Salada de acelga	Frutas picadas (3 opções) Mamão Banana Abacaxi
2ª SEMANA	Bolo de cenoura Suco de laranja e Mamão	Macarrão caseiro com carne moída Salada de repolho	Cuca caseira com iogurte Maçã *Verificar intolerantes antes de servir.	Feijão, Arroz, Frango picado com legumes, abobrinha, batata, cenoura Salada de alface	Pão francês com carne moída Suco de Uva Banana
3ª SEMANA	Torta salgada de frango desfiado com cenoura, milho verde, tomate Suco de laranja Melancia	Feijão, Arroz, ovo cozido Couve flor/ Brócolis ou picles de vegetais	Sanduche Pão, presunto e queijo e Suco de Uva Banana *Verificar intolerantes antes de servir.	Peixe assado com batata Arroz Salada de alface	Frutas picadas (3 opções) Melancia Manga Melão
4ª SEMANA	Bolo de banana Suco de laranja e manga	Arroz carreteiro e salada de repolho	Bolacha caseira Com iogurte e Mamão *Verificar intolerantes antes de servir.	Lentilha, Arroz, frango ao molho com batata inglesa e legumes Couve flor/ Brócolis	Pão de queijo Suco de Uva *Verificar intolerantes antes de servir.

- Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável
- As frutas podem mudar de dia devido à maturação e disponibilidade da Agricultura familiar

Nutricionista Juliane Nunes CRN 08/9974



PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM SUCESSO DO SUL
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ESCOLAR 2022 – CRECHE VOVÓ HELENA/ PARCIAL 4 a 5 anos- **VERÃO III – 31 de Outubro à 22 de Dezembro**

	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
Café da manhã	Frutas/ Biscoito Chá de ervas naturais	Pão caseiro com manteiga Café com leite	Pão de leite com queijo Café com leite	Broa Café com leite	Cuca Chá de ervas naturais
1ª SEMANA	Omelete com queijo, tomate, cebola, cheiro verde Arroz e salada verde	Feijão, arroz, carne bovina iscas com legumes Salada de alface	Pão de cenoura ou de leite com doce caseiro ou mel/ Vitamina de Banana com aveia e leite *Verificar intolerantes antes de servir.	Risoto com carne de frango e Salada de acelga	Frutas picadas (3 opções) Mamão Banana Abacaxi
2ª SEMANA	Bolo de cenoura Suco de laranja e Mamão	Macarrão caseiro com carne moída Salada de repolho	Cuca caseira com logurte Maçã *Verificar intolerantes antes de servir.	Feijão, Arroz, Frango picado com legumes, abobrinha, batata, cenoura Salada de alface	Pão francês com carne moída Suco de Uva Banana
3ª SEMANA	Torta salgada de frango desfiado com cenoura, milho verde, tomate Suco de laranja Melancia	Feijão, Arroz, ovo cozido Couve flor/ Brócolis ou picles de vegetais	Sanduíche Pão, presunto e queijo e Suco de Uva Banana *Verificar intolerantes antes de servir.	Peixe assado com batata Arroz Salada de alface	Frutas picadas (3 opções) Melancia Manga Melão
4ª SEMANA	Bolo de banana Suco de laranja e manga	Arroz carreteiro e salada de repolho	Bolacha caseira Com iogurte e Mamão *Verificar intolerantes antes de servir.	Lentilha, Arroz, frango ao molho com batata inglesa e legumes Couve flor/ Brócolis	Pão de queijo Suco de Uva

- Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável
- As frutas podem mudar de dia devido à maturação e disponibilidade da Agricultura familiar

Nutricionista Juliane Nunes CRN 08/9974

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM SUCESSO DO SUL
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE
CARDÁPIO ESCOLAR 2022 – APAE- VERÃO III – 31 de Outubro à 22 de Dezembro



	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
1ª SEMANA	Omelete com queijo, tomate, cebola, cheiro verde Arroz e salada verde	Feijão, arroz, carne bovina iscas com legumes Salada de alface	Pão de cenoura ou de leite com doce caseiro ou mel/ Vitamina de Banana com aveia e leite *Verificar intolerantes antes de servir.	Risoto com carne de frango e Salada de acelga	Frutas picadas (3 opções) Mamão Banana Abacaxi
2ª SEMANA	Bolo de cenoura Suco de laranja e Mamão	Macarrão caseiro com carne moída Salada de repolho	Cuca caseira com iogurte Maçã *Verificar intolerantes antes de servir.	Feijão, Arroz, Frango picado com legumes, abobrinha, batata, cenoura Salada de alface	Pão francês com carne moída Suco de Uva Banana
3ª SEMANA	Torta salgada de frango desfiado com cenoura, milho verde, tomate Suco de laranja Melancia	Feijão, Arroz, ovo cozido Couve flor/ Brócolis ou picles de vegetais	Sanduíche Pão, presunto e queijo e Suco de Uva Banana *Verificar intolerantes antes de servir.	Peixe assado com batata Arroz Salada de alface	Frutas picadas (3 opções) Melancia Manga Melão
4ª SEMANA	Bolo de banana Suco de laranja e manga	Arroz carreteiro e salada de repolho	Bolacha caseira Com iogurte e Mamão *Verificar intolerantes antes de servir.	Lentilha, Arroz, frango ao molho com batata inglesa e legumes Couve flor/ Brócolis	Pão de queijo Suco de Uva

- Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável
- As frutas podem mudar de dia devido à maturação e disponibilidade da Agricultura familiar

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOM SUCESSO DO SUL

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

CARDÁPIO ESCOLAR 2022 – CRECHE VOVÓ HELENA/ PARCIAL 1 a 3 anos- VERÃO III – 31 de Outubro à 22 de Dezembro



SEMANA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA	
1 ^a	LANCHE	Cuca Chá de ervas naturais	Frutas picadas 2 tipos	Pão de leite com queijo Leite morno	Bolacha caseira Suco de laranja	Broa Chá de ervas naturais
	ALMOÇO/ JANTA	Omelete com queijo, tomate, cebola, cheiro verde Arroz e salada verde	Feijão, arroz, carne bovina iscas com legumes Salada de alface	Arroz, purê de batata, carne moída com legumes	Risoto com carne de frango e Salada de acelga	Macarrão com carne de frango Salada repolho com tomate
2 ^a	LANCHE	Bolacha caseira Chá de ervas naturais	Cuca Chá de ervas naturais	Pão de leite com manteiga Leite morno	Frutas picadas 2 tipos	Broa Leite morno
	ALMOÇO/ JANTA	Arroz carreteiro e salada de beterraba	Macarrão caseiro com carne moída Salada de repolho	Feijão, Arroz, Farofa de ovo com couve folha Salada de beterraba	Feijão, Arroz, Frango picado com legumes, abobrinha, batata, cenoura e Salada de alface	Feijão, arroz, estrogonofe de gado, Salada
3 ^a	LANCHE	Cuca Chá de ervas naturais	Bolacha caseira Suco de laranja	Pão de leite com queijo Leite morno	Frutas picadas 2 tipos	Broa Chá de ervas naturais
	ALMOÇO/ JANTA	Omelete com queijo, tomate, cebola, cheiro verde Arroz e salada verde	Feijão, Arroz, frango em molho Couve flor/ Brócolis ou picles de vegetais	Carreteiro (vagem, cenoura ralada, carne iscas) Salada repolho com tomate	Peixe assado com batata Arroz Salada de alface	Arroz, purê de batata, carne moída com legumes
4 ^a	LANCHE	Bolacha caseira Chá de ervas naturais	Frutas picadas 2 tipos	Pão de leite com manteiga Leite morno	Cuca Chá de ervas naturais	Broa Leite morno
	ALMOÇO /JANTA	Macarrão parafuso com molho de frango	Arroz carreteiro e salada de repolho	Feijão, Arroz, ovo cozido Couve flor/ Brócolis ou picles de vegetais	Lentilha, Arroz, frango ao molho com batata inglesa e legumes Couve flor/ Brócolis	Risoto de frango com cenoura ralada milho e ervilha

- NÃO SERVIR BISCOITOS - OFERTAR CHÁ NATURAL SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR
- OFERTAR ALIMENTOS EM CONSISTÊNCIA ÚMIDA
- VERIFICAR SEMPRE ALUNOS COM INTOLERÂNCIA ALIMENTAR



ALERGIAS E INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES

Intolerância a Lactose:

-> Nos dias que for servido café com leite, batida de frutas, iogurte, leite com achocolatado, e em qualquer preparação que utilize leite: usar o leite e/ou iogurte **sem lactose**. Evitar creme de leite, queijo, requeijão e qualquer outro derivado do leite que contenha lactose.

APLV (Alergia a Proteína do leite):

-> **Exclusão total** de alimentos que contenham proteína do leite de vaca, inclusive o leite sem lactose **NÃO** pode ser ofertado. **Excluir:** café com leite, leite com achocolatado, batida de frutas, iogurte, preparações que contenham leite, queijo, requeijão, pão de queijo, margarina, stroganoff, entre outras preparações que contenham o leite e /ou seus derivados. Nos dias em que houver preparações que contenham leite, adaptar a preparação (ex: retirar queijo, requeijão) ou servir outro alimento que não contenha leite e seus derivados.

Alergia ao ovo, leite de vaca e frutos do mar:

-> **Exclusão** dos alimentos alérgenos, como ovo e preparações que o contenham; leite e seus derivados, como iogurte, café com leite, leite com achocolatado, queijo, pão de queijo, requeijão, e preparações que os contenham; e qualquer tipo de fruto do mar. As exclusões devem ser de acordo com a alergia de cada indivíduo;