

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DE BOM SUCESSO DO SUL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI INTEGRAL ZONA *(urbana)*

FAIXA ETÁRIA *(1 à 3 anos)* **PERÍODO** *(PARCIAL 30% Necessidades diárias recomendadas)*

Necessidades Alimentares Especiais: *(adaptações quando houver necessidade)*

Setembro/Outubro – 29 à 03

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA				
Lanche (8:00) Lanche 13:30	Pão bisnaquinha com nata Leite morno Mamão	Crepioca de queijo (ovo, polvilho, fermento, queijo) Banana	Mingau de aveia com banana Manga	Broa (agricultuta) Chá aromático Melancia	Cuca Leite morno Abacaxi				
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Polenta com carne moída Salada de beterraba ralada	Arroz, feijão, mandioca e carne bovina musculo (bem cozida) Salada brócolis	Risoto com peito de frango Salada tomate	Macarrão com carne moída Salada alface	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina Salada de alface				
Composição nutricional	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET					
		358,12	50g	17g	10g	146,28	16,21	111,19	2,16
			57%	20%	23%				

NUTRICIONISTA JULIANE NUNES CRN 08/9974

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DE BOM SUCESSO DO SUL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI INTEGRAL ZONA *(urbana)*

FAIXA ETÁRIA *(1 à 3 anos)* **PERÍODO** *(PARCIAL 30% Necessidades diárias recomendadas)*

Necessidades Alimentares Especiais: *(adaptações quando houver necessidade)*

Outubro – 06 à 10

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
Lanche (8:00) Lanche 13:30	Pão bisnaguinha com requeijão Café com leite Banana	Panqueca de banana (sem açúcar – servir picada) Chá aromático Manga	Ovo mexido com tempero verde Mamão	Pão de leite com doce (sem açúcar) Chá aromático Abacaxi	Broa (agricultura) Café com leite Laranja			
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Risoto de frango salada de alface	Arroz, feijão, carne iscas com batata e cenoura, salada brócolis	Arroz e estrogonofe de frango e salada de tomate	Mandioca cozida, carne porco refogada e salada de alface	Macarrão com carne moída			
Composição nutricional	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	334,94	49g	14g	10g	116,54	15,21	141,73	2,03
		59%	16%	26%				

NUTRICIONISTA JULIANE NUNES CRN 08/9974

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DE BOM SUCESSO DO SUL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI INTEGRAL ZONA *(urbana)*

FAIXA ETÁRIA *(1 à 3 anos)* **PERÍODO** *(PARCIAL 30% Necessidades diárias recomendadas)*

Necessidades Alimentares Especiais: *(adaptações quando houver necessidade)*

Outubro – 13 à 17

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA								
Lanche (8:00) Lanche 13:30	Ovo mexido Manga	Mingau de aveia com banana Ameixa	-	Cuca Chá aromático Abacaxi	Pão de cenoura com requeijão Chá aromático Mamão								
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Macarrão talharini com frango desfiado Salada de alface	Purê de batata com carne moída Salada tomate	-	Sopa de feijão com macarrão letrinha e frango	Arroz, feijão, batata cozida e carne de musculo bovino bem cozida Salada repolho								
Composição nutricional	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)					
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET									
		379,78	54g	17g					11	158,83	24,23	91,70	2,27
			57%	18%					25%				

NUTRICIONISTA JULIANE NUNES CRN 08/9974

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DE BOM SUCESSO DO SUL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI INTEGRAL ZONA *(urbana)*

FAIXA ETÁRIA *(1 à 3 anos)* **PERÍODO** *(PARCIAL 30% Necessidades diárias recomendadas)*

Necessidades Alimentares Especiais: *(adaptações quando houver necessidade)*

Outubro – 20 à 24

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA		5ª FEIRA	6ª FEIRA			
Lanche (8:00) Lanche 13:30	Panqueca de banana (sem açúcar – servir picada) Chá aromático Mamão	Pão bisnaguinha com nata Leite morno Banana	Ovo mexido Leite morno Manga		Pão de leite com doce (sem açúcar) Chá aromático Melancia	Broa (agricultura) Leite morno Abacaxi			
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Carreteiro com carne bovina iscas salada de alface	Purê de mandioca, carne bovina musculo Salada beterraba ralada	Arroz e estrogonofe de frango e salada de alface		Arroz, feijão, frango desfiado Salada de tomate	Macarrão espaguete com carne moída			
Composição nutricional		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		431,61	58g	17g	15g	3879,52	13,75	111,26	2,21
			53%	16%	31%				

NUTRICIONISTA JULIANE NUNES CRN 08/9974

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DE BOM SUCESSO DO SUL

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI INTEGRAL ZONA *(urbana)*

FAIXA ETÁRIA *(1 à 3 anos)* **PERÍODO** *(PARCIAL 30% Necessidades diárias recomendadas)*

Necessidades Alimentares Especiais: *(adaptações quando houver necessidade)*

Outubro – 27 à 31

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
Lanche (8:00) Lanche 13:30	Crepioça de queijo (ovo, polvilho, fermento, queijo) Banana	Panqueca de banana (sem açúcar – servir picada) Chá aromático Manga	Pão bisnaguinha com requeijão Leite morno Melancia	Pão de cenoura com doce (sem açúcar) Chá aromático Abacaxi	Ovo mexido com tempero verde Mamão			
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Polenta com frango desfiado Salada de tomate	Arroz, feijão, carne iscas, batata assada, salada brócolis	Macarrão com carne moída e salada de alface	Agnoline com molho branco e frango Salada beterraba cozida	Risoto de frango com salada de cenoura ralada			
Composição nutricional	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	371,89	54g	15g	11g	152,61	13,01	133,95	1,85
		58%	16%	27%				

NUTRICIONISTA JULIANE NUNES CRN 08/9974