

DEPARTAMENTO DE EDUCAÇÃO DE BOM SUCESSO DO SUL
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI INTEGRAL ZONA (urbana)

FAIXA ETÁRIA (2 anos) PERÍODO (INTEGRAL)

Necessidades Alimentares Especiais: (adaptações quando houver necessidade)

Novembro – 03 à 07

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
Café da manhã (8:00)	Pão francês com requeijão Chá natural	Ovo mexido Leite morno	Panqueca de banana (sem açúcar – servir picada) Chá natural	Pão de leite com doce (sem açúcar) Leite morno	Cuca Iogurte			
Lanche (9:30)	Abacaxi	Banana	Melancia	Banana	Abacaxi			
Almoço (11:30)	Arroz, feijão, batata e cenoura assada, frango desfiado Salada de alface	Arroz, feijão, Purê de batata, filé de tilápia assado Salada de alface	Arroz, feijão, frango desfiado, macarrão parafuso com molho vermelho e Salada alface	Arroz, feijão branco, batata cozida com molho vermelho, frango desfiado Salada de alface	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina e farofa de ovo Salada de alface			
Lanche (13:30)	Melancia	Laranja	Melão	Melancia	Melão			
Jantar (15:30)	Macarrão com carne moída Salada alface	Risoto com peito de frango Salada tomate	Sopa de agnoline com frango e legumes	Purê de batata com carne moída Salada tomate	Sopa de feijão com legumes e carne bovina músculo			
Ceia (16:30)	Melão	Manga	Abacaxi	Laranja	Manga			
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				
		795	121g	29,8g				
		61%	15%	24%				

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 (2 anos) PERÍODO (INTEGRAL)

Necessidades Alimentares Especiais: (adaptações quando houver necessidade)

Novembro – 10 à 14

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
Café da manhã (8:00)	Pão francês com nata Leite morno	Torrada de pão francês com orégano e manteiga Chá natural	Mingau de aveia com banana	Broa (agricultura) Chá natural	Pão de cenoura com doce (sem açúcar) Leite morno			
Lanche (9:30)	Manga	Abacaxi	Melancia	Banana	Laranja			
Almoço (11:30)	Arroz, feijão, macarrão penne ao molho tomate, frango desfiado Salada de alface	Arroz, feijão, batata assada, carne moída Salada tomate	Arroz, feijão branco, estrogonofe de frango Salada alface	Arroz, feijão, panqueca colorida (beterraba) com carne moída Salada tomate	Arroz, feijão, ovo cozido, purê de batata Salada de alface			
Lanche (13:30)	Laranja	Banana	Abacaxi	Manga	Melão			
Jantar (15:30)	Carreteiro com legumes e carne bovina iscas	Sanduíche de queijo quente com vitamina de banana	Polenta com carne moída Salada de beterraba ralada	Caldo de batata com legumes e carne bovina musculo e Salada alface	Macarrão com frango e legumes			
Ceia (16:30)	Melão	Manga	Laranja	Melancia	Banana			
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				
	801	128,1g 64%	30,0g 15%	18,6g 21%	160	9,5	358	2,1

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 (2 anos) PERÍODO (INTEGRAL)

Necessidades Alimentares Especiais: (adaptações quando houver necessidade)

Novembro – 17 à 19

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Café da manhã (8:00)	Panqueca de banana Leite morno	Pão bisnaguinha com doce (sem açúcar) e iogurte	Ovo mexido Chá natural	-	-
Lanche (9:30)	Manga	Laranja	Abacaxi		
Almoço (11:30)	Arroz, feijão, macarrão com molho branco e carne moída refogada com cenoura e abobrinha ralada e Salada alface	Arroz, feijão, batata doce assada e frango desfiado Salada de tomate	Arroz, feijão, carne músculo cozida com legumes Salada de alface e repolho	-	-
Lanche (13:30)	Melão	Banana	Melão		
Jantar (15:30)	Caldo de cabotia com carne bovina músculo e macarrão conchinha	Purê de batata com carne moída Salada tomate	Risoto com peito de frango Salada de cenoura cozida em rodela	-	-
Ceia (16:30)	Melancia	Manga	Banana		

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				
	789	116,3g 59%	27,6g 14%	23,6g 27%	152	9	360	1,85

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 (2 anos) PERÍODO (INTEGRAL)

Necessidades Alimentares Especiais: (adaptações quando houver necessidade)

Novembro – 24 à 28

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Café da manhã (8:00)	Pão francês com manteiga Leite morno	Bolo de banana sem açúcar Chá natural	Pão bisnaguinha com requeijão Vitamina de banana	Bolacha de fubá Leite morno	Pão de cenoura com doce sem açúcar Chá natural
Lanche (9:30)	Melão	Abacaxi	Melancia	Manga	Laranja
Almoço (11:30)	Arroz, feijão, farofa de ovos Salada Repolho e cenoura ralada	Arroz, feijão, macarrão com molho de tomate e frango refogado Salada beterraba cozida e alface	Arroz, feijão carioca, agnoline ao molho tomate, carne moída refogada Salada de alface e pepino	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina Salada de couve flor	Arroz, feijão, batata cozida com molho de tomate e carne moída refogada Salada de tomate
Lanche (13:30)	Melancia	Banana	Laranja	Abacaxi	Melão
Jantar (15:30)	Carreteiro com carne bovina iscas salada de alface	Caldo de mandioca com carne bovina músculo e macarrão letrinha	Risoto com peito de frango Salada tomate	Sopa de batata, batata salsa, abobrinha, cabotia, frango e arroz	Macarrão espaguete com carne moída Salada alface
Ceia (16:30)	Laranja	Manga	Abacaxi	Banana	Banana

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				
		812	127,8g 63%	30,4g 15%				

NUTRICIONISTA JULIANE NUNES CRN 08/9974