

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)*

Novembro – 03 à 07

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA			5ª FEIRA	6ª FEIRA	
Lanche (8:00)	Pão francês com requeijão	Ovo mexido	Panqueca de banana (sem açúcar – servir picada)			Pão de leite com doce (sem açúcar)	Cuca	
Lanche 13:30	Chá natural Melancia	Leite morno Manga	Chá natural Banana			Chá Abacaxi	Iogurte Melão	
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Arroz, feijão, batata e cenoura assada, frango desfiado Salada de alface	Risoto com peito de frango Salada tomate	Sopa de agnoline com frango e legumes			Arroz, lentilha, batata cozida com molho vermelho, frango desfiado Salada de alface	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina e farofa de ovo 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 57%	17g 20%				

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)*

Novembro – 10 à 14

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Lanche (8:00)	Pão francês com nata	Torrada de pão francês	Mingau de aveia com	Broa (agricultura)	Pão de cenoura com doce
Lanche 13:30	Leite morno Melão	com orégano e manteiga Chá natural Laranja	banana Manga	Chá natural Melancia	(sem açúcar) Leite morno Abacaxi
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Carreteiro com legumes e carne bovina iscas	Arroz, feijão, batata assada, carne moída Salada tomate	Polenta com carne moída Salada de beterraba ralada	Caldo de batata com legumes e carne bovina musculo Salada alface	Arroz, feijão, ovo cozido, purê de batata 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				
	334,94	49g 59%	14g 16%	10g 26%	116,54	15,21	141,73	2,03

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)*

Novembro – 17 à 19

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA			5ª FEIRA	6ª FEIRA	
Lanche (8:00)	Panqueca de banana	Pão bisnaguinha com doce	Ovo mexido					
Lanche 13:30	Leite morno Laranja	(sem açúcar) iogurte Melão	Chá natural Banana					
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Caldo de cabotia com carne bovina músculo e macarrão conchinha	Arroz, feijão, batata doce assada e frango desfiado Salada de tomate	Risoto com peito de frango Salada de cenoura cozida em rodela					
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				
		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)*

Novembro – 24 à 28

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Lanche (8:00) Lanche 13:30	Pão francês com manteiga Leite morno Manga	Bolo de banana sem açúcar Chá natural Melancia	Pão bisnaguinha com requeijão Vitamina de banana Melão	Bolacha de fubá Leite morno Banana	Pão de cenoura com doce sem açúcar Chá natural Laranja
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Carreteiro com carne bovina iscas salada de alface	Caldo de mandioca com carne bovina músculo e macarrão letrinha	Arroz, feijão carioca, macarrão ao molho tomate, carne moída refogada, salada de pepino	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina Salada de couve flor	Macarrão espaguete com carne moída Salada 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				
	431,61	58g	17g	15g	3879,52	13,75	111,26	2,21
		53%	16%	31%				

NUTRICIONISTA JULIANE NUNES CRN 08/9974