

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

**CARDÁPIO – CMEI INTEGRAL ZONA** *(urbana)*

**FAIXA ETÁRIA** *(3 anos e 4 anos)* **PERÍODO** *(INTEGRAL)*

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

**Proibido** adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações

**30 Março à 01 de Abril 2026**

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>Café da manhã (7:30)</b>	Pão francês com requeijão Leite morno	Torradinha pão francês com orégano e manteiga Chá de erva doce	Pão fatiado com doce sem açúcar Leite morno		
<b>Lanche (9:30)</b>	Laranja	Banana	Mamão		
<b>Almoço (11:15)</b>	Arroz, feijão, mandioca cozida com músculo Salada de beterraba cozida	Arroz, feijão, frango desfiado com purê de batata salsa Salada de alface	Arroz, feijão, filé de tilápia assado com batata inglesa Salada de tomate		
<b>Lanche (13:30)</b>	Pera	Manga	Ameixa		
<b>Jantar (15:30)</b>	Risoto com carne de frango, abobrinha, cenoura, milho, ervilha, cabotia Salada de alface	Macarrão caseiro com carne moída Salada de repolho ralado	Sopa de agnoline com batata inglesa, batata salsa, cenoura, abobrinha, cabotia e peito de frango		

<b>Composição nutricional</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>				
	<b>805,8</b>	<b>122,5</b> <b>61%</b>	<b>38,6</b> <b>19%</b>	<b>17,6</b> <b>20%</b>	<b>263,4</b>	<b>62,5</b>	<b>264,9</b>	<b>4,2</b>

**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** *(3 anos e 4 anos)* **PERÍODO** *(INTEGRAL)*

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

**Proibido** adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações

**06 à 10 de abril 2026**

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>			
<b>Café da manhã (7:30)</b>	Pão bisnaguinha com manteiga Leite morno	Bolo de banana sem açúcar e chá camomila	Ovo mexido com tempero verde e Leite morno	Broa com nata Chá de erva doce	Cuca iogurte integral			
<b>Lanche (9:30)</b>	Melão	Caqui	Mamão	Manga	Laranja			
<b>Almoço (11:15)</b>	Arroz, feijão, estrogonofe de carne frango, legumes refogados (batata inglesa, batata salsa, cenoura, chuchu, abobrinha) e salada de alface	Arroz, lentilha, carne bovina iscas ao molho de tomate e batata doce assada em tiras Salada de tomate	Arroz, feijão, frango desfiado, farofa de repolho e Salada de beterraba ralada	Arroz, feijão, carne moída refogada com purê de batata e salada de repolho	Arroz, feijão, ovo cozido, macarrão parafuso com molho de tomate e salada de alface			
<b>Lanche (13:30)</b>	Melancia	Banana	Abacaxi	Ameixa	Melancia			
<b>Jantar (15:30)</b>	Carreteiro com carne bovina iscas e salada de couve flor	Sopa de feijão com batata, batata salsa, cenoura, chuchu, macarrão conchinha	Polenta cremosa com carne moída e salada de alface crespa	Macarrão com frango desfiado e salada de alface americana	Caldo de mandioca de macarrão letrinha, carne músculo, abobrinha, cenoura, chuchu			
<b>Composição nutricional</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		812,4	124,1 61%	39,2 19%				

**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** *(3 anos e 4 anos)* **PERÍODO** *(INTEGRAL)*

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

**Proibido** adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações

**13 à 17 de abril 2026**

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>Café da manhã (7:30)</b>	Pão bisnaguinha com doce sem açúcar Leite morno	Mini francês com queijo Chá de camomila	Pão fatiado com manteiga Leite morno	Ovo mexido com tempero verde Leite morno	Broa com requeijão Chá de erva doce
<b>Lanche (9:30)</b>	Laranja	Banana	Melão sapo	Laranja	Manga
<b>Almoço (11:15)</b>	Arroz, feijão, frango desfiado, farofa de ovo e salada de repolho	Arroz, feijão, peixe ao molho de tomate com purê de batata salsa salada de alface	Arroz, feijão, carne bovina iscas cozidas ao molho de tomate com macarrão caseiro salada de tomate	Arroz, feijão, carne suína com mandioca cozida e salada de alface americana	Arroz, lentilha, carne moída refogada com polenta cremosa e salada de cenoura e beterraba ralada
<b>Lanche (13:30)</b>	Manga	Ameixa	Mamão	Melancia	Melão
<b>Jantar (15:30)</b>	Sopa de frango, arroz, cabotia, abobrinha, batata inglesa, chuchu	Polenta cremosa e frango desfiado salada de alface	Risoto com carne de frango, abobrinha, cenoura, milho, ervilha, cabotia Salada de alface	Creme de cabotia com macarrão letrinha e frango desfiado	Macarrão caseiro com frango desfiado e salada de alface americana

<b>Composição nutricional</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>				
	<b>828,7</b>	<b>126,8</b>	<b>40,5</b>	<b>18,6</b>	<b>289,4</b>	<b>72,6</b>	<b>278,9</b>	<b>4,6</b>
		61%	19%	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** *(3 anos e 4 anos)* **PERÍODO** *(INTEGRAL)*

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

Proibido adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações

**22 à 24 de abril 2026**

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>Café da manhã (7:30)</b>			Pão francês com requeijão Leite morno	Cuca iogurte integral	Ovo mexido com tempero verde Leite morno
<b>Lanche (9:30)</b>			Banana	Melão	Melancia
<b>Almoço (11:15)</b>			Arroz, feijão, frango desfiado, legumes assados batata, cabotia, abobrinha e salada de pepino	Arroz, feijão, estrogonofe carne bovina iscas, farofa de cenoura e salada de tomate	Arroz, feijão, carne suína iscas, mandioca cozida e salada de repolho com cenoura ralada
<b>Lanche (13:30)</b>			Pera	Mamão	Manga
<b>Jantar (15:30)</b>			Macarrão com molho branco e frango Salada de alface americana	Sopa de feijão com batata, batata salsa, cenoura, chuchu, macarrão cabelinho de anjo	Carreteiro com carne bovina iscas e salada de couve flor

<b>Composição nutricional</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>				
	<b>790,3</b>	<b>120,2</b>	<b>37,1</b>	<b>17,3</b>	<b>248,6</b>	<b>59,4</b>	<b>259,7</b>	<b>4,1</b>
	<b>60%</b>	<b>19%</b>	<b>21%</b>					

**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** *(3 anos e 4 anos)* **PERÍODO** *(INTEGRAL)*

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

**Proibido** adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações

**27 à 30 de abril 2026**

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>Café da manhã (7:30)</b>	Pão bisnaguinha com requeijão Leite morno	Bolo de banana sem açúcar Leite morno	Ovo mexido com tempero verde Chá de camomila	Pão bisnaguinha com doce sem açúcar Leite morno	
<b>Lanche (9:30)</b>	Laranja	Manga	Banana	Melão	
<b>Almoço (11:15)</b>	Arroz, feijão, carne moída refogada, macarrão caseiro e salada de beterraba cozida	Arroz, lentilha, carne bovina iscas com molho, batata, batata salsa, cenoura, cabotia e salada de alface	Arroz, feijão, peixe assado com batata e salada de tomate	Arroz, feijão, carne de frango desfiado e purê de cabotia e salada de alface	
<b>Lanche (13:30)</b>	Melancia	Abacaxi	Pera	Mamão	
<b>Jantar (15:30)</b>	Polenta cremosa e frango desfiado salada de alface	Sopa de agnoline com batata inglesa, batata salsa, cenoura, abobrinha, cabotia e peito de frango	Risoto de frango com salada de repolho	Creme de batata carne de musculo bovino, macarrão conchinha	

<b>Composição nutricional</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>				
	<b>819,6</b>	<b>125,6</b> <b>62%</b>	<b>39,8</b> <b>18%</b>	<b>18,4</b> <b>20%</b>	<b>281,2</b>	<b>66,8</b>	<b>273,5</b>	<b>4,5</b>

**NUTRICIONISTA JULIANE NUNES CRN 08/9974**