

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)*

Proibido adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações

01 à 02 de Outubro 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA		4ª FEIRA		5ª FEIRA		6ª FEIRA	
Lanche (07:30) Lanche 13:30						Pão de cenoura com requeijão e chá de abacaxi Manga		Bolacha de polvilho Leite morno Banana	
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)						Polenta cremosa com carne moída Salada de alface		Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina iscas Salada de alface	
Composição nutricional (média semanal)	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					
		59,8 g 57,5% VET	14,8 g 14,2% VET	13,1 g 28,3% VET					
	416 kcal				186 mcg	24,7 mg	226 mg	2,35 mg	

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)*

Proibido adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações

05 à 08 de Outubro 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
Lanche (07:30) Lanche 13:30	Sanduíche de pão fatiado com queijo Leite morno Manga	Pão bisnaguinha com doce sem açúcar e Chá de hortelã Laranja	Melão e abacaxi picado iogurte	Vitamina de banana Pão de leite com manteiga Picolé de frutas				
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Macarrão caseiro espaguete com frango ao molho tomate Salada de alface	Arroz, feijão, peixe assado com batata Salada de alface	Carreteiro com carne bovina iscas, Salada de tomate	Arroz, feijão, escondidinho de batata com carne moída Salada de repolho				
Composição nutricional (média semanal)	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				
	428 kcal	61,6 g 57,6% VET	15,2 g 14,2% VET	13,4 g 28,2% VET	201 mcg	29,5 mg	238 mg	2,48 mg

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)*

Proibido adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações

14 à 16 de Outubro 2026

	2ª FEIRA		3ª FEIRA		4ª FEIRA		5ª FEIRA		6ª FEIRA	
Lanche (07:30) Lanche 13:30					Pão francês com requeijão Leite morno Maçã		Pão de cenoura com manteiga, Chá de endro Melancia		Cuca Leite morno Banana	
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)					Arroz, feijão, carne moída com macarrão penne e salada de brócolis		Sopa de agnoline com frango, cenoura, batata, cabotia		Arroz de forno colorido, cenoura, tomate, milho, ervilha, brócolis, queijo Carne moída ao molho	
Composição nutricional (média semanal)			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				
			422 kcal	60,9 g 57,7% VET	15,0 g 14,2% VET	13,2 g 28,1% VET	214 mcg	27,8 mg	231 mg	2,52 mg

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)
Proibido adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações

19 à 23 de Outubro 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
Lanche (07:30)	Pão bisnaguinha com manteiga Leite morno	Pão fatiado requeijão	Melão e manga	Bolo de banana e aveia	Bolacha de milho			
Lanche 13:30	Laranja	Chá de maçã com canela	logurte	sem açúcar e Leite morno	Chá de abacaxi			
		Mamão	Abacaxi	Manga	Banana			
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Arroz, feijão, carne bovina em tiras com abobrinha e cenoura Salada de alface	Arroz, lentilha, omelete e farofa de cenoura Salada de alface	Canja de frango com arroz e legumes	Macarrão caracol primavera (legumes ralados, cenoura, abobrinha, milho, ervilha e carne moída)	Arroz, feijão, carne suína refogada mandioca cozida e salada de alface			
Composição nutricional (média semanal)	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				
		433 kcal	62,4 g 57,7% VET	15,4 g 14,2% VET	13,5 g 28,1% VET	224 mcg	31,6 mg	242 mg

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)*

Proibido adição de açúcar, mel e adoçantes nas preparações

26 à 30 de Outubro 2026

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
Lanche (07:30) Lanche 13:30	Pão francês com doce sem açúcar e Leite morno Melão	Mini francês com queijo Chá de hortelã Melancia	Ovo mexido Leite morno Banana	Pão de leite com requeijão Chá de maçã com canela Mamão	Bolacha caseira Iogurte Laranja			
Almoço/ Jantar (10:35 e 15:35)	Creme de batata-salsa com carne bovina desfiada e legumes	Arroz, lentilha, filé de peixe ao molho de tomate e purê de batata-salsa Salada de pepino	Sopa de feijão com legumes e macarrão	Arroz, feijão, frango em cubos creme de milho e farofa de couve Salada de tomate	Risoto de frango com legumes Salada de beterraba			
Composição nutricional (média semanal)	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				
	426 kcal	61,2 g 57,5% VET	15,3 g 14,4% VET	13,3 g 28,1% VET	218 mcg	30,2 mg	246 mg	2,55 mg

NUTRICIONISTA JULIANE NUNES CRN 08/9974