



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 1- CRECHE (1 a 3 anos)

Necessidades Alimentares Especiais:

Novembro 2022

	2ª FEIRA 31/10	3ª FEIRA 01/11	4ª FEIRA 02/11	5ª FEIRA 03/11	6ª FEIRA 04/11
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	FERIADO	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga
Almoço	Arroz, Feijão, Ovo mexido, Salada	Arroz, Feijão Carne moída com legumes Salada		Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada	Arroz, Feijão, frango em cubos no molho, Salada
Lanche da tarde	Vitamina de leite com mamão Biscoito	Banana Leite		Crepioca (farinha de tapioca com ovo, pouco sal) Suco polpa	Melancia
Jantar	Sopa de feijão com macarrão e legumes (<i>cenoura e abobrinha no ralo fino</i>)	Macarrão com carne Salada		Sopa de legumes com carne (<i>cenoura, abobrinha, batata,mandioquinha, carne e macarrão</i>)	Pão com frango Suco de laranja (laranja e água) Bolo de aniversário

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	830,8 kcal	109 g	36 g	28 g	177 mcg	63 mg	366 mg	4 mg
		55 %	16 %	29 %				

Carla Cristina Basso Albertoni, Nutricionista CRN3 19958

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). **PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 2 - CRECHE (1 a 3 anos)

Necessidades Alimentares Especiais:

Novembro 2022

	2ª FEIRA 07/11	3ª FEIRA 08/11	4ª FEIRA 09/11	5ª FEIRA 10/11	6ª FEIRA 11/11
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga
Almoço	Arroz, Feijão, Frango iscas, Salada	Arroz, Feijão Carne moída Salada	Arroz, Feijão Carne de panela com batata Salada	Arroz, Feijão, Frango refogado Salada	Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada
Lanche da tarde	Vitamina de leite com fruta Biscoito	Bolo de maçã	Ovo mexido Suco	Vitamina de leite com fruta Biscoito	Melancia
Jantar	Sopa de feijão com macarrão e legumes (cenoura e abobrinha no ralo fino)	Macarrão com frango	Sopa creme (legumes variados cozidos com carne bovina – liquidificar)	Arroz com cenoura ralada (ralo fino) Escondidinho de carne	Pão com carne Suco de laranja (laranja e água)

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	902 kcal	123 g	37 g	29 g	190,5 mcg	54,7 mg	407 mg	4,88 mg
		55 %	17 %	28 %				

Carla Cristina Basso Albertoni, Nutricionista CRN3 19958

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 3 - CRECHE (1 a 3 anos)

Necessidades Alimentares Especiais:

Novembro 2022

	2ª FEIRA 14/11	3ª FEIRA 15/11	4ª FEIRA 16/11	5ª FEIRA 17/11	6ª FEIRA 18/11
Café da manhã			Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga
Almoço	P. Facultativo	Feriado	Arroz, Feijão, Farofa de ovos, Salada	Arroz, Feijão Peixe com batata, tomate e pimentão Salada	Arroz, Feijão, Carne iscas com tomate e cebola, Salada
Lanche da tarde			Leite Bolo de maçã	Melão Biscoito	Sagu com suco de uva
Jantar			Sopa de feijão com macarrão e legumes (<i>cenoura e abobrinha no ralo fino</i>)	Macarrão com carne	Pão com frango Suco polpa

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	891,2 kcal	117g	36,5 g	30,4 g	219 mcg	48,7 mg	466mg	4,14mg
		53%	16,3 %	30,7 %				

Carla Cristina Basso Albertoni, Nutricionista CRN3 19958

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). **PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 4 - CRECHE (1 a 3 anos)

Necessidades Alimentares Especiais:

Novembro 2022

	2ª FEIRA 21/11	3ª FEIRA 22/11	4ª FEIRA 23/11	5ª FEIRA 24/11	6ª FEIRA 25/11			
Café da manhã	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga	Leite Bisnaguinha com manteiga			
Almoço	Arroz, Feijão Carne moída com legumes Salada	Arroz, Feijão, Frango refogado, Salada	Mini feijoada (arroz, feijão preto com carne, couve)	Arroz, Feijão, Carne iscas, Salada	Arroz, Feijão Carne suína acebolada Salada			
Lanche da tarde	Vitamina de leite com fruta Biscoito	Bolo de aveia feliz	Vitamina de leite com fruta Biscoito	Crepioca Suco polpa	Melancia			
Jantar	Sopa de feijão com macarrão e legumes (<i>cenoura e abobrinha no ralo fino</i>)	Macarrão com carne	Sopa creme (<i>legumes variados cozidos com carne bovina – liquidificar</i>)	Arroz com brócolis Frango grelhado	Pão com carne Suco de laranja (laranja e água)			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDEOS (g)	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	678 mcg	70 mg	613 mg	93 mg
	1002 kcal	134 g 53 %	41 g 16%	30 g 26,9 %				

Carla Cristina Basso Albertoni, Nutricionista CRN3 19958

OBS: Todos os alimentos deverão ser bem cozidos. Atenção às verduras que deverão ser repicadas. O feijão deverá ser servido com grãos bem cozidos e caldo grosso. As frutas deverão ser servidas após o almoço e jantar, de acordo com seu estado de maturação (madura). **PROIBIDO UTILIZAR AÇÚCAR NAS PREPARAÇÕES.**