

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE VIVA VIDA					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
SETEMBRO 2024					
	2ª FEIRA(02/09)	3ª FEIRA(03/09)	4ª FEIRA (04/09)	5ª FEIRA (05/09)	6ª FEIRA (06/09)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de leite com ovo cozido Fruta(maçã)	Pão integral com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão de sanduíche com queijo e orégano Fruta(banana)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(mamão)	Pão integral com ovo cozido Fruta(banana)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, refogado de moranga c/ carne moída Salada de tomate e beterraba	Feijão preto, carreteiro(carne de panela picadinha/desfiada) Salada de cenoura e repolho	Arroz, feijão carioca, batata cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Sal de chuchu e couve chinesa	Arroz, feijão preto, massa cozida, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de beterraba e brócolis	Arroz, feijão carioca, polenta cremosa, molho de frango desfiado/picadinho Sal. de couve chinesa e cenoura
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(banana) Rosquinha	Fruta(mamão) Bolo de chocolate sem açúcar	Fruta(manga) Empada de frango caseira	Fruta(maçã) Bolo maçã s/ açúcar	Fruta(manga) Waffle de banana e cacau
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

****Bolo de chocolate(cacau)sem açúcar 2 (usar as receitas do curso de bolos sem açúcar).**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
ZONA: URBANA		CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE VIVA VIDA FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
SETEMBRO 2024					
	2ª FEIRA(09/09)	3ª FEIRA(10/09)	4ª FEIRA (11/09)	5ª FEIRA (12/09)	6ª FEIRA (13/09)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche c/ geleia caseira Fruta(banana)	Pão de leite com ovo cozido Fruta(banana)	Pão integral com geleia caseira Fruta(maçã)	Pão de sanduíche com queijo e orégano Fruta(banana)	Pão de leite com ovo cozido Fruta(maçã)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha, massa com molho de carne moída Sal. de cenoura e tomate	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de frango desfiado/picadinho Sal. de abobrinha e alface	Arroz, feijão carioca, ensopado de mandioca c/carne moída Sal. Beterraba e couve-flor	Arroz, feijão preto, polenta cremosa com molho de carne panela desfiada/picadinha Sal. de couve-flor e cenoura	Arroz, feijão carioca, batata doce assada, carne suína desfiada/picadinha Salada de beterraba e alface
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(maçã) Bolo de laranja s/ açúcar	Fruta(melancia) Pastel assado c/ recheio de carne moída	Fruta(laranja) Bolo de cenoura s/ açúcar	Fruta(melancia) Bolinho de mandioca c/ queijo	Fruta(laranja) Bolo de formigueiro s/ açúcar
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

**** Bolo de maçã s/ açúcar (usar as receitas do curso de bolo sem açúcar).**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE VIVA VIDA					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
SETEMBRO 2024					
	2ª FEIRA(16/09)	3ª FEIRA(17/09)	4ª FEIRA (18/09)	5ª FEIRA (19/09)	6ª FEIRA (20/09)
Desjejum/ colação 08:40	Pão integral c/manteiga s/ sal Fruta(banana)	Pão de sanduíche com ovo cozido Fruta(banana)	Pão de leite c/ geleia caseira Fruta(maçã)	Pão integral c/ ovo cozido Fruta(banana)	FERIADO
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, polenta cremosa, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de tomate e abobrinha	Arroz, feijão preto, massa cozida, molho de carne moída Salada de brócolis e cenoura	Arroz, lentilha, refogado de legumes(batata, cenoura, brócolis) com carne moída Salada de chuchu e repolho b	Feijão preto, galinhada(frango peito e coxa e sobrecoxa desfiado/picadinho) Salada de brócolis e tomate	FERIADO
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	FERIADO
Lanche tarde II 15:40	Fruta(maçã) Rosquinha	Fruta(morango) Bolo de coco e aveia s/açúcar	Fruta(abacaxi) Bolinho de brócolis	Fruta(morango) Bolo de milho s/ açúcar	FERIADO
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

****Bolo de coco e aveia s/ açúcar(usar as receitas do curso de bolos sem açúcar).**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE VIVA VIDA					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
SETEMBRO 2024					
	2ª FEIRA(23/09)	3ª FEIRA(24/09)	4ª FEIRA (25/09)	5ª FEIRA (26/09)	6ª FEIRA (27/09)
Desjejum/ colação 08:40	Pão integral com geleia caseira Fruta(maçã)	Pão de leite com ovo cozido Fruta(banana)	Pão de sanduíche c/ queijo e orégano Fruta(maçã)	Pão integral com ovo cozido Fruta(banana)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(melão)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Sal. de chuchu e cenoura	Arroz, feijão carioca, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Sal. couve-chinesa e pepino	Arroz, feijão preto, moranga cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Sal. de beterraba e couve-flor	Arroz, feijão carioca, polenta cremosa, molho de carne moída Salada de couve chinesa e cenoura	Feijão preto, carreteiro(carne de panela picadinha/desfiada) Salada de beterraba e pepino
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(banana) Waffle salgado	Fruta(manga) Empada de frango caseira	Fruta(melão) Bolo de chocolate sem açúcar	Fruta(maçã) Pãoz. de moranga c/ queijo	Fruta(manga) Pizza integral caseira
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

****Bolo de chocolate(cacau)sem açúcar 2 (usar as receitas do curso de bolos sem açúcar).**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE VIVA VIDA

ZONA: URBANA

FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos

PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

SETEMBRO 2024

	2ª FEIRA(30/09)	3ª FEIRA(01/09)	4ª FEIRA (02/09)	5ª FEIRA (03/09)	6ª FEIRA (04/09)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com queijo e orégano Fruta(banana)	Pão integral com geleia caseira Fruta(manga)	Pão de leite com ovo cozido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(mamão)	Pão integral com ovo cozido Fruta(banana)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, polenta cremosa, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de tomate e couve-flor	Arroz, feijão preto, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Sal. de abobrinha e repolho b	Arroz, feijão carioca, mandioca cozida, molho de carne moída Sal. de vagem e alface	Arroz, lentilha, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de abobrinha e brócolis	Arroz, feijão preto, refogado de batata com carne moída Salada de repolho branco e cenoura
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(maçã) Rosquinha	Fruta(abacaxi) Bolo de cenoura s/ açúcar	Fruta(maçã) Bolinho de mandioca	Fruta(abacaxi) Bolo de laranja s/ açúcar	Fruta(mamão) Bolo salgado
Lidiane Damima Mumbach					CRN2 13538

****Bolo de cenoura sem açúcar (usar as receitas do curso de bolos sem açúcar).**

Cardápio rotativo que pode sofrer alterações conforme disponibilidade dos gêneros alimentícios. Tem como prioridade usar frutas e verduras de época.

O lanche da tarde I que consiste em leite ou fórmula seguirá conforme orientações dos pais e pediatras.

*****Para as crianças que não tomam leite ou já tomaram antes de ir para escola, oferecer uma fruta.**

ORIENTAÇÕES:

Oferecer a fórmula infantil no mínimo 30 minutos após as refeições;

Ofertar água nos intervalos, a mesma deve ser fervida;

Adição de açúcar nas preparações deve ser mínima ou nula;

Pode ser adicionado as refeições temperos naturais como: cebola, alho, orégano, salsa etc...

Os alimentos devem ser oferecidos a criança separadamente (não misturar), para que a criança conheça o sabor de cada alimento;

Caldo de laranja: essa preparação se refere a suco de 1 laranja, ou seja, será ofertado o suco puro de 1 laranja por aluno, sem adição de água ou açúcar.


Lidiane Damima Mumbach
Nutricionista
CRN 2-13538D

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO DE ENSINO FUNDAMENTAL – SETEMBRO – DIURNO

ZONA: URBANA/RURAL

FAIXA ETÁRIA 4-15 Anos

PERÍODO: PARCIAL(20% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

SETEMBRO 2024

SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
02/09 a 06/09	-Leite com café -Biscoito salgado e doce -Abacaxi	-Arroz branco -Lentilha -Salada de tomate c/ cebola e repolho	-Arroz branco -Batata assada c/ orégano -Molho de Carne suína -Sal. couve chinesa e chuchu	-Macarronada (carne moída) -Sal. cenoura e brócolis -Mamão	-Cuca recheada -Banana
09/09 a 13/09	-Leite com cacau -Bolacha caseira	-Arroz branco -Polenta cremosa c/ molho de frango -Sal. couve chinesa e tomate	-Arroz branco -Feijão preto -Salada beterraba e alface -Laranja	-Chá natural -Pão caseiro com melado e nata -Maçã	-Carreteiro -Mandioca cozida -Sal. repolho roxo e tomate
16/09 a 20/09	-Leite com café -Rosquinha	-Arroz branco -Feijão carioca -Salada repolho roxo	-Arroz branco -Moranga caramelada -Molho de carne moída -Sal. alface e couve-flor -Abacaxi	-Bebida láctea -Torta salgada com recheio de legumes e frango -Banana	DIA DO GAÚCHO 
23/09 a 27/09	-Leite com cacau -Bolacha caseira	-Arroz branco -Fricassê de frango(frango c/ molho branco) -Salada de abobrinha e tomate	-Arroz branco -Batata doce gratinada -Molho de carne suína -Salada de pepino e brócolis	-Pipoca doce(melado) e salgada -Melão	-Arroz branco -Feijão preto -Sal. beterraba e repolho branco -Laranja
30/09 a 04/10	-Leite com café -Bolo de cenoura	-Arroz branco -Feijão carioca -Salada repolho branco	-Arroz branco -Refogado de mandioca(carne moída) -Sal cenoura e alface	-Chá natural -Rosquinha -Banana	-Galinhada(peito e coxa e sobrecoxa) -Salada de vagem e tomate -Abacaxi

Lidiane Damima Mumbach

CRN2 13538

- O cardápio pode sofrer alterações conforme disponibilidade dos gêneros alimentícios.
- Os hortifrutis do cardápio podem sofrer alterações devido a safra, colheita, clima ou problemas no fornecimento.
- As saladas e as frutas serão oferecidas respeitando as características e o tempo de maturação dos produtos. Os produtos mais maduros serão oferecidos no início da semana.
- Evitar sempre o desperdício de alimentos.


Lidiane Damima Mumbach
Nº de inscrição
CRN 2-13538D

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAIO DE SOL					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
SETEMBRO 2024					
	2ª FEIRA(02/09)	3ª FEIRA(03/09)	4ª FEIRA (04/09)	5ª FEIRA (05/09)	6ª FEIRA (06/09)
Desjejum/Colação 08:15	Pão de leite com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão integral com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão de sanduíche com manteiga s/ sal Fruta(banana)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(mamão)	Pão integral com ovo mexido Fruta(banana)
Almoço 10:30	Arroz, feijão carioca, refogado de moranga c/ carne moída Salada de tomate e beterraba	Feijão preto, carreteiro(carne de panela picadinha/desfiada) Salada de cenoura e repolho	Arroz, feijão carioca, batata cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Sal de chuchu e couve chinesa	Arroz, feijão preto, massa cozida, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de beterraba e brócolis	Arroz, feijão carioca, polenta cremosa, molho de frango desfiado/picadinho Sal. de couve chinesa e cenoura
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Rosquinha	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão) Bolo de chocolate sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga) Empada de frango caseira	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Bolo maçã s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga) Waffle de banana e cacau
Lanche tarde II 16:00	Sopa de feijão carioca c/ massa	Caldo de ervilha	Sopa de legumes e frango	Caldo de feijão preto	Caldo de cenoura
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

****Bolo de chocolate(cacau)sem açúcar 2 (usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

**** Bolo de maçã s/ açúcar (usar as receitas do curso de bolo sem açúcar)**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAIO DE SOL					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
SETEMBRO 2024					
	2ª FEIRA(09/09)	3ª FEIRA(10/09)	4ª FEIRA (11/09)	5ª FEIRA (12/09)	6ª FEIRA (13/09)
Desjejum/Colação 08:15	Pão de sanduíche c/ geleia caseira Fruta(banana)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Pão integral com geleia caseira Fruta(maçã)	Pão de sanduíche com manteiga s/ sal Fruta(banana)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(maçã)
Almoço 10:30	Arroz, lentilha, massa com molho de carne moída Sal. de cenoura e tomate	Arroz, feijão preto, purê de batata, molho de frango desfiado/picadinho Sal. de abobrinha e alface	Arroz, feijão carioca, mandioca cozida, molho de carne moída Sal. Beterraba e couve-flor	Arroz, feijão preto, polenta cremosa com molho de carne panela desfiada/picadinha Sal. de couve-flor e cenoura	Arroz, feijão carioca, batata doce cozida, carne suína desfiada/picadinha Salada de beterraba e alface
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Bolo de laranja s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(melancia) Pizza integral caseira	Fórmula infantil/leite integral Fruta(laranja) Bolo de cenoura s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(melancia) Bolinho de mandioca c/ queijo	Fórmula infantil/leite integral Fruta(laranja) Bolo de formigueiro s/ açúcar
Lanche tarde II 16:00	Sopa de legumes c/ carne moída	Caldo de feijão preto	Polenta cremosa c/ molho de frango desfiado/picadinho	Sopa de feijão c/ massa	Caldo de cenoura
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAI0 DE SOL					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
SETEMBRO 2024					
	2ª FEIRA(16/09)	3ª FEIRA(17/09)	4ª FEIRA (18/09)	5ª FEIRA (19/09)	6ª FEIRA (20/09)
Desjejum/Colação 08:15	Pão integral c/manteiga s/ sal Fruta(banana)	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de leite c/ geleia caseira Fruta(maçã)	Pão integral c/ ovo mexido Fruta(banana)	FERIADO
Almoço 10:30	Arroz, feijão carioca, polenta cremosa, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de tomate e abobrinha	Arroz, feijão preto, massa cozida, molho de carne moída Salada de brócolis e cenoura	Arroz, lentilha, refogado de legumes(batata, cenoura, brócolis) com carne moída Salada de chuchu e repolho b	Feijão preto, galinhada(frango peito e coxa e sobrecoxa desfiado/picadinho) Salada de brócolis e tomate	FERIADO
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Rosquinha	Fórmula infantil/leite integral Fruta(morango) Bolo de coco e aveia s/açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(abacaxi) Bolinho de brócolis	Fórmula infantil/leite integral Fruta(morango) Bolo de milho s/ açúcar	FERIADO
Lanche tarde II 16:00	Sopa de legumes	Caldo de feijão preto com massa	Caldo de moranga	Caldo de feijão preto	FERIADO
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

****Bolo de coco e aveia s/ açúcar(usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

****Bolo de chocolate(cacau)sem açúcar 2 (usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAI0 DE SOL					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
SETEMBRO 2024					
	2ª FEIRA(23/09)	3ª FEIRA(24/09)	4ª FEIRA (25/09)	5ª FEIRA (26/09)	6ª FEIRA (27/09)
Desjejum/Colação 08:15	Pão integral com geleia caseira Fruta(maçã)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de sanduíche c/ manteiga s/ sal Fruta(maçã)	Pão integral com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(melão)
Almoço 10:30	Arroz, lentilha, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Sal. de chuchu e cenoura	Arroz, feijão carioca, purê de batata, molho de carne de panela desfiada/picadinha Sal. couve-chinesa e pepino	Arroz, feijão preto, moranga cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Sal. de beterraba e couve-flor	Arroz, feijão carioca, polenta cremosa, molho de carne moída Salada de couve chinesa e cenoura	Feijão preto, carreteiro(carne de panela picadinha/desfiada) Salada de beterraba e pepino
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Waffle banana e cacau	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga) Empada de frango caseira	Fórmula infantil/leite integral Fruta(melão) Bolo de chocolate sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Pãoz. de moranga c/ queijo	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga) Pizza integral caseira
Lanche tarde II 16:00	Sopa de legumes c/ carne de panela desfiada/picadinha	Caldo de cenoura	Sopa de feijão preto c/ massa	Caldo de ervilha	Sopa de legumes c/ frango
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAI DE SOL
FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS**

ZONA: URBANA

PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

SETEMBRO 2024

	2ª FEIRA(30/09)	3ª FEIRA(01/10)	4ª FEIRA (02/10)	5ª FEIRA (03/10)	6ª FEIRA (04/10)
Desjejum/Colação 08:15	Pão de sanduíche com manteiga sem sal Fruta(banana)	Pão integral com geleia caseira Fruta(manga)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(mamão)	Pão integral com ovo mexido Fruta(banana)
Almoço 10:30	Arroz, feijão carioca, polenta cremosa, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de tomate e couve-flor	Arroz, feijão preto, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Sal. de abobrinha e repolho b	Arroz, feijão carioca, mandioca cozida, molho de carne moída Sal. de vagem e alface	Arroz, lentilha, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de abobrinha e brócolis	Arroz, feijão preto, refogado de batata com carne moída Salada de repolho branco e cenoura
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Rosquinha	Fórmula infantil/leite integral Fruta(abacaxi) Bolo de cenoura s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Bolinho de mandioca	Fórmula infantil/leite integral Fruta(abacaxi) Bolo de laranja s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão) Bolo salgado
Lanche tarde II 16:00	Sopa de legumes c/ frango	Caldo de feijão preto	Sopa de legumes	Caldo de cenoura	Sopa de feijão preto c/ massa

Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538

****Bolo de cenoura sem açúcar (usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

Cardápio rotativo que pode sofrer alterações conforme disponibilidade dos gêneros alimentícios. Tem como prioridade usar frutas e verduras de época.

A colação que consiste em leite ou fórmula seguirá conforme orientações dos pais e pediatras.

***Para as crianças que não tomam leite ou já tomaram antes de ir para escola, oferecer uma fruta.

ORIENTAÇÕES:

Oferecer a fórmula infantil no mínimo 30 minutos após as refeições;

Ofertar água nos intervalos, a mesma deve ser fervida;

Adição de açúcar nas preparações deve ser mínima ou nula;

Pode ser adicionado as refeições temperos naturais como: cebola, alho, orégano, salsa etc...

Os alimentos devem ser oferecidos a criança separadamente (não misturar), para que a criança conheça o sabor de cada alimento;

Caldo de laranja: essa preparação se refere a suco de 1 laranja, ou seja, será ofertado o suco puro de 1 laranja por aluno, sem adição de água ou açúcar.


Lidiane Damima Mumbach
Nutricionista
CRN 2-13538D

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO DE ENSINO FUNDAMENTAL – AGOSTO – DIURNO

ZONA: URBANA/RURAL

FAIXA ETÁRIA 4-15 Anos

PERÍODO: PARCIAL(20% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

AGOSTO 2024

SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
05/08 a 09/08	-Leite com café -Bolo simples	-Arroz branco -Lentilha -Salada de tomate c/ cebola	-Arroz branco -Batata doce assada -Molho de Carne suína -Sal. cenoura e repolho roxo	-Chá natural -Pão caseiro com melado e nata -Banana	-Macarronada (carne moída) -Salada de brócolis e chuchu c/ tempero verde -Maçã
12/08 a 16/08	-Leite com cacau -Rosquinha	-Arroz branco -Polenta cremosa c/ molho de frango -Sal. de repolho roxo c/ cenoura	-Ensopado de mandioca(carne moída) -Salada de alface e couve-flor	-Sagu de morango -Creme branco -Mamão	-Arroz branco -Feijão preto -Sal. beterraba e repolho branco -Laranja
19/08 a 23/08	-Leite com café -Bolacha caseira	-Arroz branco -Feijão carioca -Salada repolho branco e tomate	-Arroz branco -Refogado de batata c/ carne moída -Sal. repolho roxo e brócolis -Maçã	-Pão de sanduíche com maionese caseira, molho de frango, alface, tomate, pepino em conserva e queijo -Abacaxi	-Pipoca melado -Banana
26/08 a 30/08	-Leite com café -Bolo especial(receita do curso)	-Arroz branco -Feijão preto -Salada de vagem e couve chinesa	-Refogado de moranga com carne moída -Salada tomate e beterraba -Abacaxi	-Chá natural -Rosquinha -Mamão	-Galinhada(peito e coxa e sobrecoxa) -Salada de repolho branco e couve-flor
Lidiane Damima Mumbach					CRN2 13538

- O cardápio pode sofrer alterações conforme disponibilidade dos gêneros alimentícios.
- Os hortifrutis do cardápio podem sofrer alterações devido a safra, colheita, clima ou problemas no fornecimento.
- As saladas e as frutas serão oferecidas respeitando as características e o tempo de maturação dos produtos. Os produtos mais maduros serão oferecidos no início da semana.
- Evitar sempre o desperdício de alimentos.


Lidiane Damima Mumbach
Nutricionista
CRN 2-13538

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE VIVA VIDA
FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos

ZONA: URBANA

PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

JULHO 2024

	2ª FEIRA(29/07)	3ª FEIRA(30/07)	4ª FEIRA (31/07)	5ª FEIRA (01/08)	6ª FEIRA (02/08)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com manteiga s/ sal Fruta(laranja)	Pão de leite com ovo cozido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(mamão)	Pão integral com ovo cozido Fruta(banana)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha, massa, molho de frango desfiado/picadinho Salada de tomate e brócolis	Feijão preto, carreteiro(carne de panela picadinha/desfiada) Salada de cenoura e repolho	Arroz, feijão carioca, batata cozida, molho de carne moída Salada de abobrinha e beterraba	Arroz, feijão preto, polenta cremosa, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de repolho e brócolis	Arroz, feijão carioca, mandioca, molho de carne moída Sal. de couve-flor e beterraba
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(banana) Bolo de cenoura sem açúcar	Fruta(mamão) Bolinho de mandioca	Fruta(maçã) Bolo de chocolate sem açúcar	Fruta(laranja) Empada de frango caseira	Fruta(mamão) Palitinhos de queijo
Lidiane Damima Mumbach					CRN2 13538

****Bolo de cenoura sem açúcar e bolo de chocolate(cacau)sem açúcar 2 (usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE VIVA VIDA
FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos

ZONA: URBANA

PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

AGOSTO 2024

	2ª FEIRA(05/08)	3ª FEIRA(06/08)	4ª FEIRA (07/08)	5ª FEIRA (08/08)	6ª FEIRA (09/08)
Desjejum/ colação 08:40	Pão integral c/ queijo e orégano Fruta(banana)	Pão de sanduíche com ovo cozido Fruta(mamão)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com manteiga s/ sal Fruta(manga)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, polenta cremosa com molho de carne moída Sal. de abobrinha e cenoura	Arroz, feijão preto, batata assada c/ orégano, molho de frango desfiado/picadinho Salada de brócolis e chuchu	Arroz, lentilha, moranga cozida, molho de carne de panela picadinha/desfiada Sal. repolho roxo e cenoura	Arroz, feijão preto, massa cozida molho de carne moída Sal. de brócolis e tomate	Arroz, feijão carioca, ensopado de mandioca c/ carne suína desfiada/picadinha Salada de rep. roxo e chuchu
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(maçã) Pastel assado c/ carne moída	Fruta(manga) Rosquinha	Fruta(maçã) Bolo de maçã s/ açúcar	Fruta(mamão) Pãoz. de moranga c/ queijo	Fruta(mamão) Bolo de laranja s/ açúcar
Lidiane Damima Mumbach					CRN2 13538

**** Bolo de maçã s/ açúcar (usar as receitas do curso de bolo sem açúcar)**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE VIVA VIDA
FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos

ZONA: URBANA

PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

AGOSTO 2024

	2ª FEIRA(12/08)	3ª FEIRA(13/08)	4ª FEIRA (14/08)	5ª FEIRA (15/08)	6ª FEIRA (16/08)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de leite c/ovo cozido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral c/ ovo cozido Fruta(maçã)	Pão de leite c/ geleia caseira Fruta(mamão)	Pão de sanduíche c/ queijo e orégano Fruta(mamão)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha, massa com molho de carne moída Salada de repolho roxo e cenoura cozida	Feijão preto, galinhada(frango desfiado/picadinho) Sal. de couve-flor e alface	Arroz, feijão carioca, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de beterraba e tomate	Arroz, feijão preto, polenta cremosa, molho de carne de panela desfiada/picadinha Sal. de abobrinha e alface	Arroz, feijão carioca, refogado de legumes(batata, cenoura, brócolis) com carne moída Sal. de beterraba e couve-flor
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(maçã) Pizza integral caseira	Fruta(morango) Bolo formigueiro s/ açúcar	Fruta(abacaxi) Bolinho de brócolis	Fruta(morango) Bolo de beterraba s/ açúcar	Fruta(abacaxi) Empada de frango caseira
Lidiane Damima Mumbach					CRN2 13538

****Bolo de beterraba sem açúcar(usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE VIVA VIDA
FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos

ZONA: URBANA

PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

AGOSTO 2024

	2ª FEIRA(19/08)	3ª FEIRA(20/08)	4ª FEIRA (21/08)	5ª FEIRA (22/08)	6ª FEIRA (23/08)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com manteiga s/ sal Fruta(banana)	Pão de leite com ovo cozido Fruta(maçã)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com ovo cozido Fruta(maçã)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca,ensopado de mandioca, carne de panela picadinha/desfiada Sal. de abobrinha e cenoura	Arroz, lentilha, batata cozida, molho de carne frango desfiado/picadinho Sal. brócolis e couve chinesa	Arroz, feijão preto, massa cozida, molho de carne moída Sal. de vagem e cenoura	Arroz, feijão carioca, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de tomate e chuchu	Feijão preto, carreteiro(carne moída) Salada de vagem e couve chinesa
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(banana) Bolo de milho s/ açúcar	Fruta(manga) Rosquinha	Fruta(laranja) Bolo de coco e aveia s/ açúcar	Fruta(manga) Pãoz. de moranga c/ queijo	Fruta(laranja) Bolo salgado c/ frango
Lidiane Damima Mumbach					CRN2 13538

****Bolo de coco e aveia sem açúcar(usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

**CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE VIVA VIDA
FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos**

ZONA: URBANA

PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

AGOSTO 2024

	2ª FEIRA(26/08)	3ª FEIRA(27/08)	4ª FEIRA (28/08)	5ª FEIRA (29/08)	6ª FEIRA (30/08)
Desjejum/ colação 08:40	Pão integral com queijo e orégano Fruta(banana)	Pão de sanduíche com ovo cozido Fruta(manga)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com ovo cozido Fruta(maçã)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha, polenta cremosa, molho de carne de panela picadinho/desfiada Salada de tomate e cenoura	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de frango desfiado/picadinho Sal. de couve-flor e repolho	Arroz, feijão carioca, moranga refogada com carne moída Sal. de beterraba e abobrinha	Arroz, feijão preto, mandioca cozida, molho de carne suína desfiada/picadinho Salada de tomate e couve-flor	Arroz, feijão preto, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de beterraba e cenoura
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(maçã) Palitinho salgado	Fruta(morango) Bolo de cenoura s/ açúcar	Fruta(melancia) Pizza integral caseira	Fruta(morango) Bolo de laranja s/ açúcar	Fruta(melancia) Bolinho de mandioca

Lidiane Damima Mumbach

CRN2 13538

****Bolo de cenoura sem açúcar (usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

Cardápio rotativo que pode sofrer alterações conforme disponibilidade dos gêneros alimentícios. Tem como prioridade usar frutas e verduras de época.

O lanche da tarde I que consiste em leite ou fórmula seguirá conforme orientações dos pais e pediatras.

***Para as crianças que não tomam leite ou já tomaram antes de ir para escola, oferecer uma fruta.

ORIENTAÇÕES:

Oferecer a fórmula infantil no mínimo 30 minutos após as refeições;

Ofertar água nos intervalos, a mesma deve ser fervida;

Adição de açúcar nas preparações deve ser mínima ou nula;

Pode ser adicionado as refeições temperos naturais como: cebola, alho, orégano, salsa etc...

Os alimentos devem ser oferecidos a criança separadamente (não misturar), para que a criança conheça o sabor de cada alimento;

Caldo de laranja: essa preparação se refere a suco de 1 laranja, ou seja, será ofertado o suco puro de 1 laranja por aluno, sem adição de água ou açúcar.


Lidiane Damima Mumbach
Nutricionista
CRN 2-13538D

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAI0 DE SOL					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
JULHO 2024					
	2ª FEIRA(29/07)	3ª FEIRA(30/07)	4ª FEIRA (31/07)	5ª FEIRA (01/08)	6ª FEIRA (02/08)
Desjejum/Colação 08:15	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com manteiga s/ sal Fruta(laranja)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(mamão)	Pão integral com ovo mexido Fruta(banana)
Almoço 10:30	Arroz, lentilha, massa, molho de frango desfiado/picadinho Salada de tomate e brócolis	Feijão preto, carreteiro(carne de panela picadinha/desfiada) Salada de cenoura e repolho	Arroz, feijão carioca, batata cozida, molho de carne moída Salada de abobrinha e beterraba	Arroz, feijão preto, polenta cremosa, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de repolho e brócolis	Arroz, feijão carioca, mandioca, molho de carne moída Sal. de couve-flor e beterraba
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Bolo de cenoura sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão) Bolinho de mandioca	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Bolo de chocolate sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(laranja) Empada de frango caseira	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão) Palitinhos de queijo
Lanche tarde II 16:00	Sopa de legumes	Sopa de feijão preto com massa	Sopa de legumes e frango	Caldo de feijão preto	Caldo de cenoura
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

****Bolo de cenoura sem açúcar e bolo de chocolate(cacau)sem açúcar 2 (usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

**** Bolo de maçã s/ açúcar (usar as receitas do curso de bolo sem açúcar)**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAIO DE SOL					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
AGOSTO 2024					
	2ª FEIRA(05/08)	3ª FEIRA(06/08)	4ª FEIRA (07/08)	5ª FEIRA (08/08)	6ª FEIRA (09/08)
Desjejum/Colação 08:15	Pão integral c/ manteiga s/ sal Fruta(banana)	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(mamão)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com ovo mexido Fruta(manga)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)
Almoço 10:30	Arroz, feijão carioca, polenta cremosa com molho de carne moída Sal. de abobrinha e cenoura	Arroz, feijão preto, purê de batata, molho de frango desfiado/picadinho Salada de brócolis e chuchu	Arroz, lentilha, moranga cozida, molho de carne de panela picadinha/desfiada Sal. repolho roxo e cenoura	Arroz, feijão preto, massa cozida molho de carne moída Sal. de brócolis e tomate	Arroz, feijão carioca, mandioca cozida, carne suína desfiada/picadinha Salada de rep. roxo e chuchu
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Waffle de banana e cacau	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga) Rosquinha	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Bolo de maçã s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão) Pãoz. de moranga c/ queijo	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão) Bolo de laranja s/ açúcar
Lanche tarde II 16:00	Caldo de feijão carioca	Sopa de legumes c/ carne moída	Caldo de cenoura	Sopa de feijão preto c/ massa	Caldo de moranga
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAI DE SOL					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
AGOSTO 2024					
	2ª FEIRA(12/08)	3ª FEIRA(13/08)	4ª FEIRA (14/08)	5ª FEIRA (15/08)	6ª FEIRA (16/08)
Desjejum/Colação 08:15	Pão de leite c/ovo mexido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral c/ ovo mexido Fruta(maçã)	Pão de leite c/ geleia caseira Fruta(mamão)	Pão de sanduíche c/ manteiga s/ sal Fruta(mamão)
Almoço 10:30	Arroz, lentilha, massa com molho de carne moída Salada de repolho roxo e cenoura cozida	Feijão preto, galinhada(frango desfiado/picadinho) Sal. de couve-flor e alface	Arroz, feijão carioca, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de beterraba e tomate	Arroz, feijão preto, polenta cremosa, molho de carne de panela desfiada/picadinha Sal. de abobrinha e alface	Arroz, feijão carioca, refogado de legumes(batata, cenoura, brócolis) com carne moída Salada de beterraba e couve-flor
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Pizza integral caseira	Fórmula infantil/leite integral Fruta(morango) Bolo formigueiro s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(abacaxi) Bolinho de brócolis	Fórmula infantil/leite integral Fruta(morango) Bolo de beterraba s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(abacaxi) Empada de frango caseira
Lanche tarde II 16:00	Caldo de mandioca com carne moída	Caldo de feijão preto com massa	Sopa de legumes	Caldo de feijão	Sopa de legumes c/ frango
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

****Bolo de beterraba sem açúcar(usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAIO DE SOL					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
AGOSTO 2024					
	2ª FEIRA(19/08)	3ª FEIRA(20/08)	4ª FEIRA (21/08)	5ª FEIRA (22/08)	6ª FEIRA (23/08)
Desjejum/Colação 08:15	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com manteiga s/ sal Fruta(banana)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com ovo mexido Fruta(maçã)
Almoço 10:30	Arroz, feijão carioca,mandioca cozida, molho de carne moída Sal. de abobrinha e cenoura	Arroz, lentilha, purê de batata, molho de carne frango desfiado/picadinho Sal. brócolis e couve chinesa	Arroz, feijão preto, massa cozida, molho de carne moída Sal. de vagem e cenoura	Arroz, feijão carioca, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de tomate e chuchu	Feijão preto, carreteiro(carne de panela picadinha/desfiada) Salada de vagem e couve chinesa
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Bolo de milho s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga) Rosquinha	Fórmula infantil/leite integral Fruta(laranja) Bolo de coco e aveia s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga) Pãoz. de moranga c/ queijo	Fórmula infantil/leite integral Fruta(laranja) Waffle banana e cacau
Lanche tarde II 16:00	Sopa de legumes c/ carne de panela desfiada/picadinha	Caldo de ervilha	Caldo de feijão preto	Sopa de legumes e massa	Caldo de feijão c/ massa
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

****Bolo de coco e aveia sem açúcar(usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAI DE SOL
FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS

ZONA: URBANA

PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

AGOSTO 2024

	2ª FEIRA(26/08)	3ª FEIRA(27/08)	4ª FEIRA (28/08)	5ª FEIRA (29/08)	6ª FEIRA (30/08)
Desjejum/Colação 08:15	Pão integral com manteiga sem sal Fruta(banana)	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(manga)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)
Almoço 10:30	Arroz, lentilha, polenta cremosa, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de tomate e cenoura	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de frango desfiado/picadinho Sal. de couve-flor e repolho	Arroz, feijão carioca, moranga refogada com carne moída Sal. de beterraba e abobrinha	Arroz, feijão preto, mandioca cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de tomate e couve-flor	Arroz, feijão preto, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de beterraba e cenoura
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Palitinhos de queijo	Fórmula infantil/leite integral Fruta(morango) Bolo de cenoura s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(melancia) Pizza integral caseira	Fórmula infantil/leite integral Fruta(morango) Bolo de laranja s/ açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(melancia) Bolinho de mandioca
Lanche tarde II 16:00	Sopa de legumes c/ frango	Caldo de feijão preto	Sopa de legumes	Caldo de moranga	Sopa de feijão preto c/ massa

Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538

****Bolo de cenoura sem açúcar (usar as receitas do curso de bolos sem açúcar)**

Cardápio rotativo que pode sofrer alterações conforme disponibilidade dos gêneros alimentícios. Tem como prioridade usar frutas e verduras de época.

A colação que consiste em leite ou fórmula seguirá conforme orientações dos pais e pediatras.

***Para as crianças que não tomam leite ou já tomaram antes de ir para escola, oferecer uma fruta.

ORIENTAÇÕES:

Oferecer a fórmula infantil no mínimo 30 minutos após as refeições;

Ofertar água nos intervalos, a mesma deve ser fervida;

Adição de açúcar nas preparações deve ser mínima ou nula;

Pode ser adicionado as refeições temperos naturais como: cebola, alho, orégano, salsa etc...

Os alimentos devem ser oferecidos a criança separadamente (não misturar), para que a criança conheça o sabor de cada alimento;

Caldo de laranja: essa preparação se refere a suco de 1 laranja, ou seja, será ofertado o suco puro de 1 laranja por aluno, sem adição de água ou açúcar.


Lidiane Damima Mumbach
Nutricionista
CRN 2-13538