

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

CARDÁPIO DE ENSINO FUNDAMENTAL DOS MESES MAIO– DIURNO

ZONA: URBANA/RURAL

FAIXA ETÁRIA 4-15 Anos

PERÍODO: PARCIAL(20% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

OUTUBRO 2023

SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
02/10 a 06/10	-Arroz -Lentilha -Salada de repolho e cenoura -Abacaxi	-Leite com cacau -Pão caseiro com melado ou doce de leite caseiro	-Galinhada -Salada de beterraba e alface -Laranja	-Sagu de abacaxi com creme branco -Banana	-Macarronada (carne moída) -Salada de brócolis e repolho
09/10 a 13/10	-Arroz -Feijão preto -Salada de repolho	-Arroz -Polenta com queijo -Carne suína -Salada de cenoura e vagem	-Chá gelado -Pipoca com melado ou sal -Maçã	FERIADO	-Refogado de batata com carne moída -Salada de pepino e couve-flor -Abacaxi
16/10 a 20/10	-Leite com café -Bolacha caseira	-Arroz -Feijão carioca -Salada de repolho e tomate	-Sanduíche de pão integral com maionese caseira, molho de frango, alface, tomate, pepino em conserva e queijo	-Refogado de mandioca com carne moída -Salada de beterraba e alface	-Rosquinha -Banana
23/10 a 27/10	-Leite com café -Cuca rápida	-Carreteiro -Salada de brócolis e tomate	-Arroz -Feijão preto -Salada de vagem e repolho -Maçã	-Arroz -Batata doce -Carne suína Salada de Pepino e vagem	-Bolo de cenoura -Mamão
30/10 a 03/11	FERIADO	FERIADO	-Chá gelado -Bolo simples	FERIADO	-Leite com cacau -Rosquinha

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					
ZONA: URBANA		CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS		PERÍODO: PARCIAL(30% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
Necessidade Especial: Eduardo Stangherlin Fernandes		Alergia à Proteína do leite de Vaca		OUTUBRO 2023	
	2ª FEIRA(02/10)	3ª FEIRA(03/10)	4ª FEIRA (04/10)	5ª FEIRA (05/10)	6ª FEIRA (06/10)
Lanche tarde I 13:45	Fruta(banana) Pizza integral caseira sem leite e queijo	Fruta(morango) Bolo de cenoura sem açúcar	Fruta(banana) Pãozinho de moranga sem leite e queijo	Fruta(mamão) Bolo formigueiro sem açúcar e leite	Fruta(banana) Pão integral com ovo mexido
Lanche tarde II 16:00	Caldo de moranga	Caldo de feijão com massa	Caldo de ervilha	Caldo de feijão	Sopa de legumes
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
ZONA: URBANA		CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS		PERÍODO: PARCIAL(30% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
Necessidade Especial: Eduardo Stangherlin Fernandes		Alergia à Proteína do leite de Vaca		OUTUBRO 2023	
	2ª FEIRA(09/10)	3ª FEIRA(10/10)	4ª FEIRA (11/10)	5ª FEIRA (12/10)	6ª FEIRA (13/10)
Lanche tarde I 13:45	Fruta(manga) Bolo de laranja sem açúcar	Fruta(morango) Rosquinha sem leite e queijo	Fruta(melancia) Bolo de cacau sem açúcar e leite	FERIADO	Fruta(banana) Panqueca de banana
Lanche tarde II 16:00	Sopa com carne moída e legumes	Caldo de feijão com massa	Caldo de moranga	FERIADO	Sopa de legumes
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
ZONA: URBANA		CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAI0 DE SOL FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
Necessidade Especial: Eduardo Stangherlin Fernandes		Alergia à Proteína do leite de Vaca		OUTUBRO 2023	
	2ª FEIRA(16/10)	3ª FEIRA(17/10)	4ª FEIRA (18/10)	5ª FEIRA (19/10)	6ª FEIRA (20/10)
Desjejum/ colação 08:15	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral puro Fruta(abacaxi)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(maçã)	Pão integral puro Fruta(manga)
Almoço 10:30	Arroz, feijão carioca, polenta com molho de carne moída Salada de vagem e tomate	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de brócolis e abobrinha	Arroz, feijão carioca, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de repolho e cenoura ralada	Arroz, lentilha, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de alface e tomate	Feijão preto, carreteiro(carne moída) Salada de repolho e abobrinha

Lanche tarde I 14:00	Fruta(maçã) Waffle de banana e cacau	Fruta(mamão com suco de laranja) Bolinho de mandioca sem leite e queijo	Fruta(maçã) Bolo de maçã sem açúcar	Fruta(mamão) Pão de leite com ovo mexido	Fruta(banana) Bolo de milho sem açúcar e leite
Lanche tarde II 16:00	Caldo de ervilha	Sopa de carne com legumes	Caldo de feijão carioca com massa	Sopa de legumes	Caldo de feijão preto
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)	
Necessidade Especial: Eduardo Stangherlin Fernandes		Alergia à Proteína do leite de Vaca		OUTUBRO 2023	
	2ª FEIRA(23/10)	3ª FEIRA(24/10)	4ª FEIRA (25/10)	5ª FEIRA (26/10)	6ª FEIRA (27/10)
Desjejum/ colação 08:15	Pão de leite puro Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(manga)	Pão integral com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com ovo mexido Fruta(maçã)
Almoço 10:30	Arroz, lentilha, massa com molho de carne moída Salada de repolho e tomate	Arroz, feijão preto, polenta cremosa com molho de carne de frango desfiado/picadinho Salada de brócolis e chuchu	Arroz, feijão carioca, moranga cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de repolho e pepino	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de chuchu e tomate	Arroz, feijão preto, mandioca cozida, molho de carne moída, Salada de repolho e cenoura ralada
Lanche tarde I 14:00	Fruta(maçã) Bolo de cenoura sem açúcar e leite	Fruta(melancia) Rosquinha sem leite e queijo	Fruta(manga) Bolo salgado com legumes sem leite e queijo	Fruta(melancia) Bolo de laranja sem açúcar e leite	Fruta(banana) Pãozinho de moranga sem leite e queijo
Lanche tarde II 16:00	Sopa de lentilha com batata	Caldo de feijão preto	Sopa de frango com legumes	Caldo de cenoura	Sopa de carne moída e legumes
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)	
Necessidade Especial: Eduardo Stangherlin Fernandes		Alergia à Proteína do leite de Vaca		OUTUBRO 2023	
	2ª FEIRA(30/10)	3ª FEIRA(31/10)	4ª FEIRA (01/11)	5ª FEIRA (02/11)	6ª FEIRA (03/11)
Desjejum/ colação 08:15	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	FERIADO	Pão integral com ovo mexido Fruta(banana)	FERIADO	Pão de leite com geleia caseira Fruta(manga)
Almoço 10:30	Arroz, feijão carioca, massa com molho de carne moída	FERIADO	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de frango	FERIADO	Feijão preto, carreteiro(carne moída)

	Salada de tomate e repolho		desfiado/picadinho Salada de repolho e abobrinha		Salada de tomate e abobrinha
Lanche tarde I 14:00	Fruta(maçã) Pizza integral caseira sem leite queijo	FERIADO	Fruta(maçã) Panqueca de banana	FERIADO	Fruta(banana) Bolo de cacau sem açúcar e leite
Lanche tarde II 16:00	Caldo de legumes	FERIADO	Caldo de feijão carioca com massa	FERIADO	Polenta cremosa com molho de carne de panela desfiada
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

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;

Para bebês de 6 -12 meses os alimentos devem ser bem cozidos, ao colocá-los no prato, amassar bem com o garfo até atingir a consistência pastosa (papa/purê), e ir aumentando a consistência conforme aceitação da criança;

As refeições para crianças de 6- 12 meses deverão ser servidas sem sal;

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 VIVA VIDA					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
Necessidade Especial: Vitória Limana Klein		Alergia ao ovo e ao leite			OUTUBRO 2023
	2ª FEIRA(02/10)	3ª FEIRA(03/10)	4ª FEIRA (04/10)	5ª FEIRA (05/10)	6ª FEIRA (06/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche puro Fruta(maçã)	Pão de leite com geléia caseira Fruta(mamão)	Pão integral puro Fruta(manga)	Pão de sanduíche puro Fruta(maçã)	Pão integral com geléia caseira Fruta(manga)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, polenta com molho de frango desfiado/picadinho Salada de abobrinha e tomate	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne moída Salada de chuchu e brócolis	Arroz, lentilha, moranga cozida, carne suína desfiada/ picadinha Salada de repolho e beterraba	Arroz, feijão preto, batata doce cozida, carne de panela desfiada/picadinha Salada de alface e cenoura	Arroz, feijão carioca, massa com molho de carne moída 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(banana) Pizza integral caseira sem leite e queijo	Fruta(morango) Pastel com carne moída assado	Fruta(banana) Pãozinho de moranga sem queijo e leite	Fruta(mamão) Bolo formigueiro sem açúcar e leite	Fruta(banana) Panqueca de banana
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 VIVA VIDA					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
Necessidade Especial: Vitória Limana Klein		Alergia ao ovo e ao leite			OUTUBRO 2023
	2ª FEIRA(09/10)	3ª FEIRA(10/10)	4ª FEIRA (11/10)	5ª FEIRA (12/10)	6ª FEIRA (13/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de leite geléia caseira Fruta(maçã)	Pão integral puro Fruta(mamão)	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(banana)	FERIADO	Pão integral puro Fruta(mamão)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha, panqueca com molho de carne moída Salada de alface e cenoura	Arroz, feijão preto, moranga cozida, molho de carne de suína desfiada/picadinha Salada de beterraba e couve- flor	Arroz, feijão carioca, batata doce e molho de carne de panela Salada de pepino e beterraba	FERIADO	Feijão preto, galinhada mandioca Salada de vagem e pepino
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(manga) Bolo de laranja sem açúcar	Fruta(morango) Rosquinha	Fruta(melancia) Bolo de cacau sem açúcar	FERIADO	Fruta(banana) Panqueca de banana
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 VIVA VIDA					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
Necessidade Especial: Vitória Limana Klein		Alergia ao ovo e ao leite			OUTUBRO 2023
	2ª FEIRA(16/10)	3ª FEIRA(17/10)	4ª FEIRA (18/10)	5ª FEIRA (19/10)	6ª FEIRA (20/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral puro Fruta(abacaxi)	Pão de leite puro Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(laranja)	Pão integral puro Fruta(banana)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, polenta com molho de carne moída Salada de vagem e tomate	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de brócolis e abobrinha	Arroz, feijão carioca, massa sem ovos cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de repolho e alface	Arroz, lentilha, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de cenoura e tomate	Feijão preto, carreteiro(carne pura) Salada de repolho 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) Waffle com cacau sem açúcar e leite	Fruta(laranja) Bolinho de mandioca sem queijo e leite	Fruta(maçã) Bolo de maçã sem açúcar	Fruta(abacaxi) Pão de leite puro	Fruta(maçã) Bolo de milho sem açúcar e leite
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 VIVA VIDA					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
Necessidade Especial: Vitória Limana Klein		Alergia ao ovo e ao leite			OUTUBRO 2023
	2ª FEIRA(23/10)	3ª FEIRA(24/10)	4ª FEIRA (25/10)	5ª FEIRA (26/10)	6ª FEIRA (27/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de leite puro Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(laranja)	Pão integral puro Fruta(maçã)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral puro Fruta(maçã)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha, massa sem ovos com molho de carne moída Salada de repolho e tomate	Arroz, feijão preto, polenta cremosa com molho de carne de frango desfiado/picadinho Salada de brócolis e chuchu	Arroz, feijão carioca, moranga cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de repolho e pepino	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de chuchu e tomate	Arroz, feijão preto, mandioca cozida, molho de carne moída, Salada de repolho e cenoura ralada
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 cenoura sem açúcar e leite	Fruta(abacaxi) Rosquinha sem leite e queijo	Fruta(laranja) Bolo salgado com legumes sem leite e queijo	Fruta(abacaxi) Bolo de laranja sem açúcar e leite	Fruta(banana) Pãozinho de moranga sem leite e queijo
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 VIVA VIDA
FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos

ZONA: URBANA

PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

Necessidade Especial: Vitória Limana Klein

Alergia ao ovo e ao leite

OUTUBRO 2023

	2ª FEIRA(30/10)	3ª FEIRA(31/10)	4ª FEIRA (01/11)	5ª FEIRA (02/11)	6ª FEIRA (03/11)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	FERIADO	Pão integral puro Fruta(banana)	FERIADO	Pão de leite com geleia caseira Fruta(mamão)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, polenta com molho de carne moída Salada de tomate e repolho	FERIADO	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de repolho e abobrinha	FERIADO	Feijão preto, carreteiro(carne moída) Salada de tomate e abobrinha
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(maçã) Pizza integral caseira sem leite e queijo	FERIADO	Fruta(maçã) Panqueca de banana e cacau	FERIADO	Fruta(banana) Bolo de cacau sem açúcar e leite
Lidiane Damima Mumbach					CRN2 13538

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 fórmula infantil/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;

✓ **ORIENTAÇÃO ALIMENTAR**

ALIMENTOS PERMITIDOS:

✓ Alimento que contém leite: Bolo, cuca, bolacha, doces, etc. Alimentos que contém trigo: Bolo, cuca, bolacha, massa sem ovo.

ALIMENTOS PROIBIDOS:

✓ Leite de vaca puro e derivados Ovo: Cozido, mexido, omelete.

***Os pães da padaria são receitas sem ovos e sem leite, pode haver contaminação cruzada por equipamentos e utensílios.


 Lidiane Damima Mumbach
 Nutricionista
 CRN 2-135380

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)	
Necessidade Especial: Joaquim Ruwer Schneider		Alergia à proteína do leite de vaca			Outubro 2023
	2ª FEIRA(02/10)	3ª FEIRA(03/10)	4ª FEIRA (04/10)	5ª FEIRA (05/10)	6ª FEIRA (06/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão de leite com geléia caseira Fruta(mamão)	Pão integral puro Fruta(manga)	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão integral com geléia caseira Fruta(manga)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, polenta com molho de frango desfiado/picadinho Salada de abobrinha e tomate	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne moída Salada de chuchu e brócolis	Arroz, lentilha, moranga cozida, carne suína desfiada/picadinha Salada de repolho e beterraba	Arroz, feijão preto, batata doce cozida, carne de panela desfiada/picadinha Salada de alface e cenoura	Arroz, feijão carioca, massa com molho de carne moída 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(banana) Pizza integral caseira sem leite e queijo	Fruta(morango) Pastel com carne moída assado	Fruta(banana) Pãozinho de moranga sem queijo e leite	Fruta(mamão) Bolo formigueiro sem açúcar e leite	Fruta(banana) Panqueca de banana
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 VIVA VIDA					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
Necessidade Especial: Joaquim Ruwer Schneider		Alergia à proteína do leite de vaca			OUTUBRO 2023
	2ª FEIRA(09/10)	3ª FEIRA(10/10)	4ª FEIRA (11/10)	5ª FEIRA (12/10)	6ª FEIRA (13/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de leite geléia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com ovo mexido Fruta(mamão)	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(banana)	FERIADO	Pão integral com ovo mexido Fruta(mamão)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha, panqueca com molho de carne moída Salada de alface e cenoura	Arroz, feijão preto, moranga cozida, molho de carne de suína desfiada/picadinha Salada de beterraba e couve-flor	Arroz, feijão carioca, batata doce e molho de carne de panela Salada de pepino e beterraba	FERIADO	Feijão preto, galinhada mandioca Salada de vagem e pepino
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(manga) Bolo de laranja sem açúcar	Fruta(morango) Rosquinha	Fruta(melancia) Bolo de cacau sem açúcar	FERIADO	Fruta(banana) Panqueca de banana
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 VIVA VIDA					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
Necessidade Especial: Joaquim Ruwer Schneider		Alergia à proteína do leite de vaca			OUTUBRO 2023
	2ª FEIRA(16/10)	3ª FEIRA(17/10)	4ª FEIRA (18/10)	5ª FEIRA (19/10)	6ª FEIRA (20/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral puro Fruta(abacaxi)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(laranja)	Pão integral puro Fruta(banana)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, polenta com molho de carne moída Salada de vagem e tomate	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de brócolis e abobrinha	Arroz, feijão carioca, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de repolho e alface	Arroz, lentilha, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de cenoura e tomate	Feijão preto, carreteiro(carne pura) Salada de repolho 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) Waffle com cacau sem açúcar e leite	Fruta(laranja) Bolinho de mandioca sem queijo e leite	Fruta(maçã) Bolo de maçã sem açúcar	Fruta(abacaxi) Pão de leite com ovo mexido	Fruta(maçã) Bolo de milho sem açúcar e leite
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 VIVA VIDA					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
Necessidade Especial: Joaquim Ruwer Schneider		Alergia à proteína do leite de vaca			OUTUBRO 2023
	2ª FEIRA(23/10)	3ª FEIRA(24/10)	4ª FEIRA (25/10)	5ª FEIRA (26/10)	6ª FEIRA (27/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de leite puro Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(laranja)	Pão integral com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral puro Fruta(maçã)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha, massa com molho de carne moída Salada de repolho e tomate	Arroz, feijão preto, polenta cremosa com molho de carne de frango desfiado/picadinho Salada de brócolis e chuchu	Arroz, feijão carioca, moranga cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de repolho e pepino	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de chuchu e tomate	Arroz, feijão preto, mandioca cozida, molho de carne moída, Salada de repolho e cenoura ralada
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 cenoura sem açúcar e leite	Fruta(abacaxi) Rosquinha sem leite e queijo	Fruta(laranja) Bolo salgado com legumes sem leite e queijo	Fruta(abacaxi) Bolo de laranja sem açúcar e leite	Fruta(banana) Pãozinho de moranga sem leite e queijo
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 VIVA VIDA
FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos

ZONA: URBANA

PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

Necessidade Especial: Joaquim Ruwer Schneider

Alergia à proteína do leite de vaca

OUTUBRO 2023

	2ª FEIRA(30/10)	3ª FEIRA(31/10)	4ª FEIRA (01/11)	5ª FEIRA (02/11)	6ª FEIRA (03/11)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	FERIADO	Pão integral com ovo mexido Fruta(banana)	FERIADO	Pão de leite com geleia caseira Fruta(mamão)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, massa com molho de carne moída Salada de tomate e repolho	FERIADO	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de repolho e abobrinha	FERIADO	Feijão preto, carreteiro(carne moída) Salada de tomate e abobrinha
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(maçã) Pizza integral caseira sem leite e queijo	FERIADO	Fruta(maçã) Panqueca de banana e cacau	FERIADO	Fruta(banana) Bolo de cacau sem açúcar e leite

Lidiane Damima Mumbach

CRN2 13538

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.

✓ **ORIENTAÇÃO ALIMENTAR**

Criança com alergia a proteína de leite não pode consumir leite de vaca e derivados bem como preparações que contenham leite.

Cuidar os rótulos de alimentos industrializados para verificar se tem leite ou soro de leite, estes não podem ser consumidos.

***Os pães da padaria são receitas sem ovos e sem leite, pode haver contaminação cruzada por equipamentos e utensílios.


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 VIVA VIDA					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
OUTUBTO 2023					
	2ª FEIRA(02/10)	3ª FEIRA(03/10)	4ª FEIRA (04/10)	5ª FEIRA (05/10)	6ª FEIRA (06/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão de leite com geléia caseira Fruta(mamão)	Pão integral com manteiga Fruta(manga)	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão integral com geléia caseira Fruta(manga)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, polenta com molho de frango desfiado/picadinho Salada de abobrinha e tomate	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne moída Salada de chuchu e brócolis	Arroz, lentilha, moranga cozida, carne suína desfiada/ picadinha Salada de repolho e beterraba	Arroz, feijão preto, batata doce cozida, carne de panela desfiada/picadinha Salada de alface e cenoura	Arroz, feijão carioca, massa com molho de carne moída 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(banana) Pizza integral caseira	Fruta(morango) Pastel com carne moída assado	Fruta(banana) Pãozinho de moranga com queijo	Fruta(mamão) Bolo formigueiro sem açúcar	Fruta(banana) Palitinhos de queijo
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 VIVA VIDA					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
OUTUBTO 2023					
	2ª FEIRA(09/10)	3ª FEIRA(10/10)	4ª FEIRA (11/10)	5ª FEIRA (12/10)	6ª FEIRA (13/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de leite geléia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com ovo mexido Fruta(mamão)	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(banana)	FERIADO	Pão integral com ovo mexido Fruta(mamão)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha, panqueca com molho de carne moída Salada de alface e cenoura	Arroz, feijão preto, moranga cozida, molho de carne de suína desfiada/picadinha Salada de beterraba e couve-flor	Arroz, feijão carioca, batata doce e molho de carne de panela Salada de pepino e beterraba	FERIADO	Feijão preto, galinhada mandioca Salada de vagem e pepino
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	Fórmula infantil/leite integral	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(manga) Bolo de laranja sem açúcar	Fruta(morango) Rosquinha	Fruta(melancia) Bolo de cacau sem açúcar	FERIADO	Fruta(banana) Empada de 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 VIVA VIDA					
ZONA: URBANA	FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
OUTUBTO 2023					
	2ª FEIRA(16/10)	3ª FEIRA(17/10)	4ª FEIRA (18/10)	5ª FEIRA (19/10)	6ª FEIRA (20/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com queijo e orégano Fruta(abacaxi)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(laranja)	Pão integral com manteiga Fruta(banana)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, polenta com molho de carne moída Salada de vagem e tomate	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de brócolis e abobrinha	Arroz, feijão carioca, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de repolho e alface	Arroz, lentilha, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de cenoura e tomate	Feijão preto, carreteiro(carne pura) Salada de repolho 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) Waffle com cacau e sem açúcar	Fruta(laranja) Bolinho de mandioca	Fruta(maçã) Bolo de maçã sem açúcar	Fruta(abacaxi) Pão de leite com ovo mexido	Fruta(maçã) Bolo de milho sem açúcar
Lidiane Damima Mumbach					

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
ZONA: URBANA		CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE VIVA VIDA		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
FAIXA ETÁRIA 2-4 Anos					
OUTUBTO 2023					
	2ª FEIRA(23/10)	3ª FEIRA(24/10)	4ª FEIRA (25/10)	5ª FEIRA (26/10)	6ª FEIRA (27/10)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de leite com manteiga Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(laranja)	Pão integral com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com queijo e orégano Fruta(maçã)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha, massa com molho de carne moída Salada de repolho e tomate	Arroz, feijão preto, polenta cremosa com molho de carne de frango desfiado/picadinho Salada de brócolis e chuchu	Arroz, feijão carioca, moranga cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de repolho e pepino	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de chuchu e tomate	Arroz, feijão preto, mandioca cozida, molho de carne moída, Salada de repolho e cenoura ralada
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 cenoura sem açúcar	Fruta(abacaxi) Rosquinha	Fruta(laranja) Bolo salgado com legumes	Fruta(abacaxi) Bolo de laranja sem açúcar	Fruta(banana) Pãozinho de moranga com queijo
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

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)	
OUTUBTO 2023					
	2ª FEIRA(30/10)	3ª FEIRA(31/10)	4ª FEIRA (01/11)	5ª FEIRA (02/11)	6ª FEIRA (03/11)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	FERIADO	Pão integral com ovo mexido Fruta(banana)	FERIADO	Pão de leite com geléia caseira Fruta(mamão)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, massa com molho de carne moída Salada de tomate e repolho	FERIADO	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de repolho e abobrinha	FERIADO	Feijão preto, carreteiro(carne moída) Salada de tomate e abobrinha
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral
Lanche tarde II 15:40	Fruta(maçã) Pizza integral caseira	FERIADO	Fruta(maçã) Palitinhos de queijo	FERIADO	Fruta(banana) Bolo de cacau sem açúcar
				Lidiane Damima Mumbach	CRN2 13538

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

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
ZONA: URBANA		CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAO DE SOL FAIXA ETÁRIA 6-11 MESES		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
OUTUBRO 2023					
	2ª FEIRA(02/10)	3ª FEIRA(03/10)	4ª FEIRA (04/10)	5ª FEIRA (05/10)	6ª FEIRA (06/10)
Café da manhã 08:15	Pão de sanduíche ovo mexido Fruta(maçã raspadinha)	Pão de leite com geléia caseira Fruta(mamão amassado)	Pão integral com manteiga Fruta(manga amassada)	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(maçã raspadinha)	Pão integral com geléia caseira Fruta(manga amassada)
Almoço 10:30	Arroz papa, feijão carioca, polenta com molho de frango desfiado/picadinho Salada de abobrinha e tomate	Feijão preto, feijão preto, batata cozida, molho de carne moída Salada de chuchu e brócolis	Arroz papa, lentilha, moranga cozida, carne suína desfiada/ picadinha Salada de repolho e beterraba	Arroz papa, feijão preto, batata doce cozida, carne de panela desfiada/picadinha Salada de alface e cenoura	Arroz papa, feijão carioca, massa com molho de carne moída Salada de beterraba e alface
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana amassada)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(morango amassado)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana amassada)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão amassada)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana amassada)
Lanche tarde II 16:00	Caldo de moranga	Caldo de feijão com massa	Caldo de ervilha	Caldo de feijão	Sopa de legumes
				Lidiane Damima Mumbach	CRN2 13538

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
ZONA: URBANA		CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAO DE SOL FAIXA ETÁRIA 6-11 MESES		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
OUTUBRO 2023					
	2ª FEIRA(09/10)	3ª FEIRA(10/10)	4ª FEIRA (11/10)	5ª FEIRA (12/10)	6ª FEIRA (13/10)
Café da manhã 08:15	Pão de leite c/ geléia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com ovo mexido Fruta(mamão)	Pão de sanduíche c/ geléia caseira Fruta(banana)	FERIADO	Pão integral com ovo mexido Fruta(mamão)
Almoço 10:30	Arroz papa, lentilha, massa com molho de carne moída Salada de alface e cenoura	Arroz papa, feijão preto, moranga cozida, molho de carne de suína desfiada/picadinha Salada de beterraba e couve-flor	Arroz papa, feijão carioca, refogado de batata com cenoura, vagem e carne moída Salada de pepino e beterraba	FERIADO	Feijão preto, galinhada mandioca Salada de vagem e pepino
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga amassada)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(morango amassado)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(melancia amassada)	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana amassada)
Lanche tarde II 16:00	Sopa com carne moída e legumes	Caldo de feijão com massa	Caldo de moranga	FERIADO	Sopa de legumes
				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 RAIO DE SOL					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 6-11 MESES		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
OUTUBRO 2023					
	2ª FEIRA(16/10)	3ª FEIRA(17/10)	4ª FEIRA (18/10)	5ª FEIRA (19/10)	6ª FEIRA (20/10)
Café da manhã 08:15	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com manteiga Fruta(abacaxi)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com manteiga Fruta(manga)
Almoço 10:30	Arroz papa, feijão carioca, polenta com molho de carne moída Salada de vagem e tomate	Arroz papa, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de brócolis e abobrinha	Arroz papa, feijão carioca, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de repolho e cenoura	Arroz papa, lentilha, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de alface e tomate	Feijão preto, carreteiro(carne moída) Salada de repolho e abobrinha
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã raspadinha)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão com suco de laranja)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã raspadinha)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão amassado)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana amassada)
Lanche tarde II 16:00	Caldo de ervilha	Sopa de carne com legumes	Caldo de feijão carioca com massa	Sopa de legumes	Caldo de feijão preto
				Lidiane Damima Mumbach	CRN2 13538

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
ZONA: URBANA		CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAIO DE SOL		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
FAIXA ETÁRIA 6-11 MESES					
OUTUBRO 2023					
	2ª FEIRA(23/10)	3ª FEIRA(24/10)	4ª FEIRA (25/10)	5ª FEIRA (26/10)	6ª FEIRA (27/10)
Café da manhã 08:15	Pão de leite com manteiga Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(manga)	Pão integral com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com ovo mexido Fruta(maçã)
Almoço 10:30	Arroz papa, lentilha, massa com molho de carne moída Salada de repolho e tomate	Arroz papa, feijão preto, polenta cremosa com molho de carne de frango desfiado/picadinho Salada de brócolis e chuchu	Arroz papa, feijão carioca, moranga cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de repolho e pepino	Arroz papa, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de chuchu e tomate	Arroz papa, feijão preto, mandioca cozida, molho de carne moída, Salada de repolho e cenoura ralada
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(melancia)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(melancia)	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana)
Lanche tarde II 16:00	Sopa de lentilha com batata	Caldo de feijão preto	Sopa de frango com legumes	Caldo de cenoura	Sopa de carne moída e legumes
				Lidiane Damima Mumbach	CRN2 13538

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

ZONA: URBANA		CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAI DE SOL FAIXA ETÁRIA 6-11 MESES		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
OUTUBRO 2023					
	2ª FEIRA(30/10)	3ª FEIRA(31/10)	4ª FEIRA (01/11)	5ª FEIRA (02/11)	6ª FEIRA (03/11)
Café da manhã 08:15	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	FERIADO	Pão integral com ovo mexido Fruta(banana)	FERIADO	Pão de leite com geléia caseira Fruta(manga)
Almoço 10:30	Arroz papa, feijão carioca, massa com molho de carne moída Salada de tomate e repolho	FERIADO	Arroz papa, feijão preto, batata cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de repolho e abobrinha	FERIADO	Feijão preto, carreteiro(carne moída) Salada de tomate e abobrinha
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã)	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã raspadinha)	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana amassada)
Lanche tarde II 16:00	Caldo de legumes	FERIADO	Caldo de feijão carioca com massa	FERIADO	Polenta cremosa com molho de carne de panela desfiada
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

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;

Para bebês de 6 -12 meses os alimentos devem ser bem cozidos, ao colocá-los no prato, amassar bem com o garfo até atingir a consistência pastosa (papa/purê), e ir aumentando a consistência conforme aceitação da criança;

As refeições para crianças de 6- 12 meses deverão ser servidas sem sal;

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 RAIO DE SOL					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
OUTUBRO 2023					
	2ª FEIRA(02/10)	3ª FEIRA(03/10)	4ª FEIRA (04/10)	5ª FEIRA (05/10)	6ª FEIRA (06/10)
Desjejum/ colação 08:15	Pão de sanduíche ovo mexido Fruta(maçã)	Pão de leite com geléia caseira Fruta(mamão)	Pão integral com manteiga Fruta(manga)	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão integral com geléia caseira Fruta(manga)
Almoço 10:30	Arroz, feijão carioca, polenta com molho de frango desfiado/picadinho Salada de abobrinha e tomate	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne moída Salada de chuchu e brócolis	Arroz, lentilha, moranga cozida, carne suína desfiada/ picadinha Salada de repolho e beterraba	Arroz, feijão preto, batata doce cozida, carne de panela desfiada/picadinha Salada de alface e cenoura	Arroz, feijão carioca, massa com molho de carne moída Salada de beterraba e alface
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Pizza integral caseira	Fórmula infantil/leite integral Fruta(morango) Bolo de cenoura sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Pãozinho de moranga c/ queijo	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão) Bolo formigueiro sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Palitinhos de queijo
Lanche tarde II 16:00	Caldo de moranga	Caldo de feijão com massa	Caldo de ervilha	Caldo de feijão	Sopa de legumes
Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538					

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO DAS MISSÕES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
ZONA: URBANA		CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE RAIO DE SOL		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS					
OUTUBRO 2023					
	2ª FEIRA(09/10)	3ª FEIRA(10/10)	4ª FEIRA (11/10)	5ª FEIRA (12/10)	6ª FEIRA (13/10)
Desjejum/ colação 08:15	Pão de leite geléia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com ovo mexido Fruta(mamão)	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(banana)	FERIADO	Pão integral com ovo mexido Fruta(mamão)
Almoço 10:30	Arroz, lentilha, massa com molho de carne moída Salada de alface e cenoura	Arroz, feijão preto, moranga cozida, molho de carne de suína desfiada/picadinha Salada de beterraba e couve-flor	Arroz, feijão carioca, refogado de batata com cenoura, vagem e carne moída Salada de pepino e beterraba	FERIADO	Feijão preto, galinhada mandioca Salada de vagem e pepino
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga) Bolo de laranja sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(morango) Rosquinha	Fórmula infantil/leite integral Fruta(melancia) Bolo de cacau sem açúcar	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Empada de frango
Lanche tarde II 16:00	Sopa com carne moída e legumes	Caldo de feijão com massa	Caldo de moranga	FERIADO	Sopa de legumes
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 RAO DE SOL					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
OUTUBRO 2023					
	2ª FEIRA(16/10)	3ª FEIRA(17/10)	4ª FEIRA (18/10)	5ª FEIRA (19/10)	6ª FEIRA (20/10)
Desjejum/ colação 08:15	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com manteiga Fruta(abacaxi)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com manteiga Fruta(manga)
Almoço 10:30	Arroz, feijão carioca, polenta com molho de carne moída Salada de vagem e tomate	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de brócolis e abobrinha	Arroz, feijão carioca, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de repolho e cenoura	Arroz, lentilha, batata doce cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de alface e tomate	Feijão preto, carreteiro(carne moída) Salada de repolho e abobrinha
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Waffle de banana e cacau	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão com suco de laranja) Bolinho de mandioca	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Bolo de maçã sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão) Pão de leite com ovo mexido	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Bolo de milho sem açúcar
Lanche tarde II 16:00	Caldo de ervilha	Sopa de carne com legumes	Caldo de feijão carioca com massa	Sopa de legumes	Caldo de feijão preto
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 RAO DE SOL					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 1-3 ANOS		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
OUTUBRO 2023					
	2ª FEIRA(23/10)	3ª FEIRA(24/10)	4ª FEIRA (25/10)	5ª FEIRA (26/10)	6ª FEIRA (27/10)
Desjejum/ colação 08:15	Pão de leite com manteiga Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(manga)	Pão integral com ovo mexido Fruta(maçã)	Pão de leite com geleia caseira Fruta(banana)	Pão integral com queijo e orégano Fruta(maçã)
Almoço 10:30	Arroz, lentilha, massa com molho de carne moída Salada de repolho e tomate	Arroz, feijão preto, polenta cremosa com molho de carne de frango desfiado/picadinho Salada de brócolis e chuchu	Arroz, feijão carioca, moranga cozida, molho de carne suína desfiada/picadinha Salada de repolho e pepino	Arroz, feijão preto, batata cozida, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de chuchu e tomate	Arroz, feijão preto, mandioca cozida, molho de carne moída, Salada de repolho e cenoura ralada
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Bolo de cenoura sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(melancia) Rosquinha	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga) Bolo salgado com legumes	Fórmula infantil/leite integral Fruta(melancia) Bolo de laranja sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Pãozinho de moranga c/ queijo
Lanche tarde II 16:00	Sopa de lentilha com batata	Caldo de feijão preto	Sopa de frango com legumes	Caldo de cenoura	Sopa de carne moída e legumes
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)

OUTUBRO 2023

	2ª FEIRA(30/10)	3ª FEIRA(31/10)	4ª FEIRA (01/11)	5ª FEIRA (02/11)	6ª FEIRA (03/11)
Desjejum/ colação 08:15	Pão de sanduíche com geleia caseira Fruta(banana)	FERIADO	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	FERIADO	Pão integral com manteiga Fruta(manga)
Almoço 10:30	Arroz, feijão carioca, polenta com molho de carne moída Salada de vagem e tomate	FERIADO	Arroz, feijão carioca, massa cozida, molho de frango desfiado/picadinho Salada de repolho e cenoura ralada	FERIADO	Feijão preto, carreteiro(carne moída) Salada de repolho e abobrinha
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Waffle de banana e cacau	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Bolo de maçã sem açúcar	FERIADO	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Bolo de milho sem açúcar
Lanche tarde II 16:00	Caldo de ervilha	FERIADO	Caldo de feijão carioca com massa	FERIADO	Caldo de feijão preto

Lidiane Damima Mumbach CRN2 13538

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