

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

CARDÁPIO DE ENSINO FUNDAMENTAL DO MÊS MARÇO– DIURNO

ZONA: RURAL/URBANO

FAIXA ETÁRIA 4-15 Anos

PERÍODO: PARCIAL(20% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)

MARÇO 2023

SEMANA	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
06/03 a 10/03	-Arroz -Feijão preto -Salada repolho	-Leite com cacau -Bolo simples sem cobertura	-Refogado de batata com carne moída -Arroz -Salada de pepino	- Cuca rápida -Banana	-Carreteiro -Salada de beterraba - Maçã
13/03 a 17/03	-Arroz -Lentilha -Salada de pepino e tomate	-Sagu com suco de uva e creme	-Arroz -Carne suína com molho acebolado -Batata doce assada ou cozida -Salada de alface e repolho	-Rosquinha(elaborar receita) - Mamão	-Macarrão a bolonhesa -Salada de pepino com cebola -Abacaxi
20/03 a 24/03	-Leite com café(usar um pouco de açúcar mascavo) Bolacha caseira	-Galinhada -Mandioca -Salada de repolho	-Torta salgada(recheio de carne moída, brócolis, couve-flor, cenoura e queijo) -Melão	-Arroz -Feijão preto - Salada de tomate com cebola -Laranja	- Bolo de cenoura sem cobertura - Mamão
27/03 a 31/03	-Leite com cacau -Biscoito integral -Mamão	-Arroz -Feijão preto - Carne suína com molho acebolado -Salada de brócolis	-Pão de sanduíche com molho de frango desfiado, pepino em conserva e queijo - Banana	-Refogado de mandioca com carne moída -Salada de beterraba e alface -Abacaxi	-Rosquinha(elaborar receita) - Maçã

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
 NPA 00000000
 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 6-11 MESES		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(06/03)	3ª FEIRA(07/03)	4ª FEIRA (08/03)	5ª FEIRA (09/03)	6ª FEIRA (10/03)
Café da manhã 08:15	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha	Fórmula infantil/leite materno Banana amassada	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha	Fórmula infantil/leite materno Manga amassada	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha
Almoço 10:30	Arroz papa, feijão preto, molho de carne moída Salada de cenoura e brócolis	Arroz papa, feijão carioca, batata doce cozida, molho de carne de porco desfiada Salada de beterraba e couve-flor	Arroz papa, feijão preto, molho de frango desfiado Salada de couve-flor e chuchu	Arroz papa, lentilha cozida, mandioca, molho de carne de panela desfiada Salada de beterraba e brócolis	Feijão preto, carreteiro com carne moída(papa) Salada de couve-flor e cenoura
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite materno	Fórmula infantil/leite materno	Fórmula infantil/leite materno	Fórmula infantil/leite materno	Fórmula infantil/leite materno
Lanche tarde II 16:00	Mamão com caldo de laranja	Manga amassada	Banana amassada	Maçã raspadinha	Banana amassada
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 6-11 MESES			PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(13/03)	3ª FEIRA(14/03)	4ª FEIRA (15/03)	5ª FEIRA (16/03)	6ª FEIRA (17/03)
Café da manhã 08:15	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha	Fórmula infantil/leite materno Banana amassada	Fórmula infantil/leite materno Melancia amassada	Fórmula infantil/leite materno Mamão com caldo de laranja	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha
Almoço 10:30	Arroz papa, feijão carioca, massa, molho de frango desfiado Salada de cenoura e alface	Arroz papa, feijão preto, carne de gado desfiada Salada de beterraba e cenoura	Arroz papa, lentilha, molho de carne moída Salada de couve-flor e abobrinha cozida	Arroz papa, feijão preto, purê de batata, molho de frango desfiado Salada de beterraba e abobrinha	Arroz papa, mandioca cozida, feijão carioca, molho de carne de porco desfiada Salada de brócolis e couve-flor
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite materno Banana amassada	Fórmula infantil/leite materno Mamão amassado	Fórmula infantil/leite materno Mamão com caldo de laranja	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha	Fórmula infantil/leite materno Banana amassada
Lanche tarde II 16:00	Sopa de legumes	Caldo de feijão com massa	Caldo de cenoura com legumes	Sopa e legumes	Caldo de ervilha
				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 6-11 MESES		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(20/03)	3ª FEIRA(21/03)	4ª FEIRA (22/03)	5ª FEIRA (23/03)	6ª FEIRA (24/03)
Café da manhã 08:15	Fórmula infantil/leite materno Mamão amassado	Fórmula infantil/leite materno Banana amassada	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha	Fórmula infantil/leite materno Banana amassada	Fórmula infantil/leite materno Mamão amassado
Almoço 10:30	Arroz, lentilha cozida, refogado de batata com carne moída Salada de abobrinha e repolho	Arroz, feijão preto, mandioca, molho de frango picadinho/desfiado Salada de beterraba e tomate	Arroz, feijão carioca, moranga cozida, carne de porco picadinha/desfiada Salada de couve-flor e abobrinha cozida	Arroz, feijão preto, massa, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de alface e cenoura cozida	Arroz, feijão carioca, mandioca, molho de carne porco desfiada/ picadinha Salada de brócolis e beterraba cozida
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha	Fórmula infantil/leite materno Mamão amassado	Fórmula infantil/leite materno Abacaxi amassado	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha	Fórmula infantil/leite materno Abacaxi amassado
Lanche tarde II 16:00	Sopa de lentilha	Caldo de ervilha	Sopa de legumes	Caldo de feijão com massa	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 RAI DE SOL					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 6-11 MESES		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(27/03)	3ª FEIRA(28/03)	4ª FEIRA (29/03)	5ª FEIRA (30/03)	6ª FEIRA (31/03)
Café da manhã 08:15	Fórmula infantil/leite materno Banana amassada	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha	Fórmula infantil/leite materno Mamão amassado	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha	Fórmula infantil/leite materno Manga amassada
Almoço 10:30	Arroz, massa, feijão preto, molho de frango picadinho/desfiado Salada de cenoura e repolho	Arroz, feijão carioca, purê de batata, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de abobrinha e alface	Arroz, feijão preto, batata doce cozida, carne de porco picadinha/desfiada Salada de chuchu e beterraba	Arroz, lentilha, ½ ovo cozido, mandioca, molho de carne panela picadinha/desfiada Salada de brócolis e couve- flor	Arroz, feijão carioca, refogado de moranga com carne moída Salada de abobrinha e tomate
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite materno Maçã raspadinha	Fórmula infantil/leite materno Manga amassada	Fórmula infantil/leite materno Banana amassada	Fórmula infantil/leite materno Banana amassada	Fórmula infantil/leite materno Mamão amassado
Lanche tarde II 16:00	Caldo de feijão preto com massa	Sopa de legumes	Caldo de moranga com legumes	Sopa de legumes	Caldo de cenoura
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. No lanche das 14h, caso seja necessário, oferecer a refeição do cardápio de 1 a 3 anos.

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 Darlene Mumbach
Nutricionista
CRM 2-13578D

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)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(06/03)	3ª FEIRA(07/03)	4ª FEIRA (08/03)	5ª FEIRA (09/03)	6ª FEIRA (10/03)
Desjejum/ colação 08:15	Fórmula infantil/Leite integral Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Fórmula infantil/Leite integral Pão de leite com queijo e orégano Fruta(banana)	Fórmula infantil/Leite integral Pão integral com geléia caseira Fruta(maçã)	Fórmula infantil/Leite integral Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(manga)	Fórmula infantil/Leite integral Pão integral com geléia de frutas caseira Fruta(laranja)
Almoço 10:30	Arroz, feijão preto, panqueca com molho de carne moída Salada de cenoura cozida e brócolis	Arroz, feijão preto, massa, molho de carne de porco picadinha/desfiada Salada de beterraba e pepino	Arroz, feijão preto, molho de frango desfiado Salada de couve-flor e alface	Arroz, lentilha cozida, mandioca, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de beterraba e brócolis	Feijão preto, carreteiro com carne moída Salada de couve-flor 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 16:00	Fruta(mamão) Bolo de cenoura	Fruta(manga) Pão integral com ovo mexido	Fruta(laranja) Wafle	Fruta(maçã) Biscoito de aveia	Fruta(banana) Pizza integral
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)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(13/03)	3ª FEIRA(14/03)	4ª FEIRA (15/03)	5ª FEIRA (16/03)	6ª FEIRA (17/03)
Desjejum/ colação 08:15	Fórmula infantil/Leite integral Pão de sanduíche com queijo e orégano Fruta(maçã)	Fórmula infantil/Leite integral Pão integral com geléia de frutas caseira Fruta(banana)	Fórmula infantil/Leite integral Pão de leite com ovo mexido Fruta(melancia)	Fórmula infantil/Leite integral Pão integral com manteiga sem sal Fruta(laranja)	Fórmula infantil/Leite integral Pão de sanduíche com geléia de frutas caseira Fruta(maçã)
Almoço 10:30	Arroz, feijão carioca, massa, molho de frango desfiado Salada de cenoura cozida e alface	Arroz, feijão preto, moranga cozida, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de beterraba e repolho	Arroz, lentilha, 1/2ovo cozido molho de carne de moída Salada de couve-flor e abobrinha cozida	Arroz, feijão preto, purê de batata, molho de frango desfiado/picadinho Salada de alface e repolho	Arroz, mandioca, feijão carioca, molho de carne porco desfiada/picadinha Salada de brócolis e tomate
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Rosquinha	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão) Bolo de banana	Fórmula infantil/leite integral Fruta(laranja) Bolo salgado de legumes	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Bolo de laranja	Fórmula infantil/leite integral Fruta(banana) Pão integral com ovo mexido

Lanche tarde II 16:00	Sopa de legumes	Caldo de feijão com massa	Caldo de cenoura com legumes	Sopa e legumes	Caldo de ervilha
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)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(20/03)	3ª FEIRA(21/03)	4ª FEIRA (22/03)	5ª FEIRA (23/03)	6ª FEIRA (24/03)
Desjejum/ colação 08:15	Fórmula infantil/Leite integral Pão integral com geléia caseira Fruta(mamão)	Fórmula infantil/Leite integral Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Fórmula infantil/Leite integral Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Fórmula infantil/Leite integral Pão integral com queijo e orégano Fruta(banana)	Fórmula infantil/Leite integral Pão de sanduíche com geléia Fruta(mamão)
Almoço 10:30	Arroz, lentilha cozida, refogado de batata com carne moída Salada de abobrinha e repolho	Arroz, feijão preto, mandioca, molho de frango picadinho/desfiado Salada de beterraba e tomate	Arroz, feijão carioca, moranga cozida, carne de porco picadinha/desfiada Salada de couve-flor e abobrinha cozida	Arroz, feijão preto, massa, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de alface e cenoura cozida	Arroz, feijão carioca, mandioca, molho de carne porco desfiada/picadinha Salada de brócolis e beterraba cozida
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Waffle	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão) Pizza integral	Fórmula infantil/leite integral Fruta(abacaxi) Bolo de Maçã sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Pão de leite com geléia caseira	Fórmula infantil/leite integral Fruta(abacaxi) Biscoito integral
Lanche tarde II 16:00	Sopa de lentilha	Caldo de ervilha	Sopa de legumes	Caldo de feijão com massa	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 RAI DE SOL					
ZONA: URBANA		FAIXA ETÁRIA 1-3 Anos		PERÍODO: INTEGRAL(70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(27/03)	3ª FEIRA(28/03)	4ª FEIRA (29/03)	5ª FEIRA (30/03)	6ª FEIRA (31/03)
Desjejum/ colação 08:15	Fórmula infantil/Leite integral Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(banana)	Fórmula infantil/Leite integral Pão integral com geléia caseira Fruta(maçã)	Fórmula infantil/Leite integral Pão de leite com manteiga e orégano Fruta(mamão)	Fórmula infantil/Leite integral Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Fórmula infantil/Leite integral Pão integral com ovo mexido Fruta(manga)
Almoço 10:30	Arroz, massa, feijão preto, molho de frango	Arroz, feijão carioca, purê de batata, molho de carne de	Arroz, feijão preto, batata doce cozida, carne de porco	Arroz, lentilha, ½ ovo cozido, mandioca, molho de carne	Arroz, feijão carioca, refogado de moranga com carne moída

	picadinho/desfiado Salada de cenoura e repolho	panela picadinha/desfiada Salada de abobrinha e alface	picadinha/desfiada Salada de chuchu e beterraba	panela picadinha/desfiada Salada de brócolis e couve-flor	Salada de abobrinha e tomate
Lanche tarde I 14:00	Fórmula infantil/leite integral Fruta(maçã) Rosquinha	Fórmula infantil/leite integral Fruta(manga) Bolo de banana sem açúcar	Fórmula infantil/leite integral Fruta(laranja) Bolo salgado de legumes	Fórmula infantil/leite integral Fruta(Banana) Pizza integral caseira	Fórmula infantil/leite integral Fruta(mamão) Bolo de laranja
Lanche tarde II 16:00	Caldo de feijão preto com massa	Sopa de legumes	Caldo de moranga com legumes	Sopa de legumes	Caldo de cenoura
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					
CARDÁPIO DE ENSINO INFANTIL-CRECHE FAIXA ETÁRIA 6-12 MESES					
ZONA: URBANA	PERÍODO: PARCIAL(30% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)				
Necessidade Especial: Eduardo Stangherlin Fernandes	Alergia à Proteína do leite de Vaca				MARÇO 2023
	2ª FEIRA(06/03)	3ª FEIRA(07/03)	4ª FEIRA (08/03)	5ª FEIRA (09/03)	6ª FEIRA (10/03)
Lanche tarde I 13:45	Mamão amassado com caldo de laranja	Manga amassada	Banana amassada	Maçã raspadinha	Banana amassada
Lanche tarde II 16:00	Bolo de cenoura	Pão integral com ovo mexido	Panqueca de banana	Bolacha caseira de aveia	Pizza integral
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 FAIXA ETÁRIA 6-12 MESES					
ZONA: URBANA	PERÍODO: PARCIAL(30% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)				
Necessidade Especial: Eduardo Stangherlin Fernandes	Alergia à Proteína do leite de Vaca				MARÇO 2023
	2ª FEIRA(13/03)	3ª FEIRA(14/03)	4ª FEIRA (15/03)	5ª FEIRA (16/03)	6ª FEIRA (17/03)
Lanche tarde I 13:45	Banana amassada Panqueca de banana	Mamão amassado Bolo de banana	Mamão com caldo de laranja Bolo salgado de legumes(sem leite e queijo)	Maçã raspadinha Bolo de laranja	Banana amassada Pão integral com ovo mexido
Lanche tarde II 16:00	Sopa de legumes	Caldo de feijão com massa	Caldo de cenoura com legumes	Sopa e legumes	Caldo de ervilha
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 FAIXA ETÁRIA 6-12 MESES					
ZONA: URBANA	PERÍODO: PARCIAL(30% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)				
Necessidade Especial: Eduardo Stangherlin Fernandes	Alergia à Proteína do leite de Vaca				MARÇO 2023
	2ª FEIRA(20/03)	3ª FEIRA(21/03)	4ª FEIRA (22/03)	5ª FEIRA (23/03)	6ª FEIRA (24/03)
Lanche tarde I 13:45	Maça raspadinha Waffle de banana e cacau	Mamão amassado Pizza integral	Abacaxi amassado Bolo de maçã sem açúcar	Maçã raspadinha Pão integral com ovo mexido	Abacaxi amassado Biscoito integral
Lanche tarde II 16:00	Sopa de lentilha	Caldo de ervilha	Sopa de legumes	Caldo de feijão com massa	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 FAIXA ETÁRIA 6-12 MESES					
ZONA: URBANA	PERÍODO: PARCIAL(30% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS)				
Necessidade Especial: Eduardo Stangherlin Fernandes		Alergia à Proteína do leite de Vaca		MARÇO 2023	
	2ª FEIRA(27/03)	3ª FEIRA(28/03)	4ª FEIRA (29/03)	5ª FEIRA (30/03)	6ª FEIRA (31/03)
Lanche tarde I 13:45	Maça raspadinha Rosquinha sem leite	Manga amassada Bolo de banana sem açúcar	Banana amassada Bolo salgado de legumes sem leite	Banana amassada Pizza integral caseira sem leite	Mamão amassado Bolo de laranja
Lanche tarde II 16:00	Caldo de feijão preto com massa	Sopa de legumes	Caldo de moranga com legumes	Sopa de legumes	Caldo de cenoura
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 2-13538

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 leite e ao ovo			MARÇO 2023	
	2ª FEIRA(06/03)	3ª FEIRA(07/03)	4ª FEIRA (08/03)	5ª FEIRA (09/03)	6ª FEIRA (10/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão de leite puro Fruta(banana)	Pão integral com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão de sanduíche puro Fruta(manga)	Pão integral com geléia de frutas caseira Fruta(laranja)
Almoço 10:45	Arroz, feijão preto, com molho de carne moída Salada de cenoura cozida e brócolis	Arroz, feijão preto, massa sem ovos, molho de carne de porco picadinho/desfiada Salada de beterraba e pepino	Arroz, feijão preto, molho de frango desfiado Salada de couve-flor e alface	Arroz, lentilha cozida, mandioca, molho de carne de panela desfiada/picadinho Salada de beterraba e brócolis	Carreteiro com carne moída Salada de couve-flor 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(mamão) Bolo de cenoura	Fruta(manga) Pão integral com geléia caseira	Fruta(laranja) Panqueca de banana	Fruta(maçã) Biscoito de aveia	Fruta(banana) Pizza integral
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 leite e ao ovo			MARÇO 2023	
	2ª FEIRA(13/03)	3ª FEIRA(14/03)	4ª FEIRA (15/03)	5ª FEIRA (16/03)	6ª FEIRA (17/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche puro Fruta(maçã)	Pão integral com geléia de frutas caseira Fruta(banana)	Pão de leite puro Fruta(mamão)	Pão integral puro Fruta(laranja)	Pão de sanduíche com geléia de frutas caseira Fruta(maçã)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, massa sem ovos, molho de frango desfiado Salada de cenoura cozida e alface	Arroz, feijão preto, moranga cozida, molho de carne de panela picadinho/desfiada Salada de beterraba e repolho	Arroz, lentilha, molho de carne de moída Salada de couve-flor e abobrinha cozida	Arroz, feijão preto, purê de batata(sem leite), molho de frango desfiado/picadinho Salada de alface e repolho	Arroz, mandioca, feijão carioca, molho de carne porco desfiada/picadinho Salada de brócolis e tomate
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 sem leite	Fruta(mamão) Bolo de banana	Fruta(laranja) Bolo salgado de legumes(sem leite e queijo)	Fruta(maçã) Pão integral puro ou com banana amassada	Fruta(banana) Bolo de laranja
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 leite e ao ovo			MARÇO 2023	
	2ª FEIRA(20/03)	3ª FEIRA(21/03)	4ª FEIRA (22/03)	5ª FEIRA (23/03)	6ª FEIRA (24/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão integral com geléia caseira Fruta(mamão)	Pão de leite puro Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão integral puro Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geléia Fruta(mamão)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha cozida, refogado de batata com carne moída Salada de abobrinha e repolho	Arroz, feijão preto, mandioca, molho de frango picadinho/desfiado Salada de beterraba e tomate	Arroz, feijão carioca, moranga cozida, carne de porco picadinho/desfiada Salada de couve-flor e abobrinha cozida	Arroz, feijão preto, massa sem ovos, molho de carne de panela desfiada/picadinho Salada de alface e cenoura cozida	Arroz, feijão carioca, mandioca, molho de carne porco desfiada/picadinho Salada de brócolis e beterraba cozida
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 de banana e cacau	Fruta(mamão) Pizza integral	Fruta(abacaxi) Bolo de Maçã sem açúcar	Fruta(maçã) Pão de leite com geléia caseira	Fruta(abacaxi) Biscoito integral
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 leite e ao ovo			MARÇO 2023	
	2ª FEIRA(27/03)	3ª FEIRA(28/03)	4ª FEIRA (29/03)	5ª FEIRA (30/03)	6ª FEIRA (31/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche puro Fruta(banana)	Pão integral com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão de leite puro Fruta(mamão)	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão integral puro Fruta(manga)
Almoço 10:45	Arroz, massa sem ovos, feijão preto, molho de frango picadinho/desfiado Salada de cenoura e repolho	Arroz, feijão carioca, purê de batata, molho de carne de panela picadinho/desfiada Salada de abobrinha e alface	Arroz, feijão preto, batata doce cozida, carne de porco picadinho/desfiada Salada de chuchu e beterraba	Arroz, lentilha, mandioca, molho de carne panela picadinho/desfiada Salada de brócolis e couve-flor	Arroz, feijão carioca, refogado de moranga com carne moída Salada de abobrinha e tomate
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 sem leite	Fruta(manga) Bolo de banana sem açúcar	Fruta(laranja) Bolo salgado de legumes sem leite	Fruta(Banana) Pizza integral caseira sem leite	Fruta(mamão) Bolo de laranja
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 2-13538D

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)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(06/03)	3ª FEIRA(07/03)	4ª FEIRA (08/03)	5ª FEIRA (09/03)	6ª FEIRA (10/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão de leite com queijo e orégano Fruta(banana)	Pão integral com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(manga)	Pão integral com geléia de frutas caseira Fruta(laranja)
Almoço 10:45	Arroz, feijão preto, panqueca com molho de carne moída Salada de cenoura cozida e brócolis	Arroz, feijão preto, massa, molho de carne de porco picadinha/desfiada Salada de beterraba e pepino	Arroz, feijão preto, molho de frango desfiado Salada de couve-flor e alface	Arroz, lentilha cozida, mandioca, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de beterraba e brócolis	Carreteiro com carne moída Salada de couve-flor 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(mamão) Bolo de cenoura	Fruta(manga) Pão integral com ovo mexido	Fruta(laranja) Pastel assado com recheio	Fruta(maçã) Biscoito de aveia	Fruta(banana) Pizza integral
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)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(13/03)	3ª FEIRA(14/03)	4ª FEIRA (15/03)	5ª FEIRA (16/03)	6ª FEIRA (17/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com queijo e orégano Fruta(maçã)	Pão integral com geléia de frutas caseira Fruta(banana)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(mamão)	Pão integral com manteiga sem sal Fruta(laranja)	Pão de sanduíche com geléia de frutas caseira Fruta(maçã)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, massa, molho de frango desfiado Salada de cenoura cozida e alface	Arroz, feijão preto, moranga cozida, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de beterraba e repolho	Arroz, lentilha, 1 ovo cozido molho de carne de moída Salada de couve-flor e abobrinha cozida	Arroz, feijão preto, purê de batata, molho de frango desfiado/picadinho Salada de alface e repolho	Arroz, mandioca, feijão carioca, molho de carne porco desfiada/picadinha Salada de brócolis e tomate
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 banana	Fruta(laranja) Bolo salgado de legumes	Fruta(maçã) Pão integral com ovo mexido	Fruta(banana) Bolo de laranja
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)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(20/03)	3ª FEIRA(21/03)	4ª FEIRA (22/03)	5ª FEIRA (23/03)	6ª FEIRA (24/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão integral com geléia caseira Fruta(mamão)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com queijo e orégano Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geléia Fruta(mamão)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha cozida, refogado de batata com carne moída Salada de abobrinha e repolho	Galinhada, mandioca Salada de beterraba e tomate	Arroz, feijão carioca, moranga cozida, carne de porco picadinha/desfiada Salada de couve-flor e abobrinha cozida	Arroz, feijão preto, massa, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de alface e cenoura cozida	Arroz, feijão carioca, mandioca, molho de carne porco desfiada/picadinha Salada de brócolis 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(maçã) Waffle	Fruta(mamão) Pizza integral	Fruta(abacaxi) Bolo de Maçã sem açúcar	Fruta(maçã) Pão de leite com geléia caseira	Fruta(abacaxi) Biscoito integral
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)	
MARÇO 2023					
	2ª FEIRA(27/03)	3ª FEIRA(28/03)	4ª FEIRA (29/03)	5ª FEIRA (30/03)	6ª FEIRA (31/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(banana)	Pão integral com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão de leite com manteiga e orégano Fruta(mamão)	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com ovo mexido Fruta(manga)
Almoço 10:45	Arroz, massa, feijão preto, molho de frango picadinho/desfiado Salada de cenoura e repolho	Arroz, feijão carioca, purê de batata, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de abobrinha e alface	Arroz, feijão preto, batata doce cozida, carne de porco picadinha/desfiada Salada de chuchu e beterraba	Arroz, lentilha, ½ ovo cozido, mandioca, molho de carne panela picadinha/desfiada Salada de brócolis e couve- flor	Arroz, feijão carioca, refogado de moranga com carne moída Salada de abobrinha e tomate
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(manga) Bolo de banana sem açúcar	Fruta(laranja) Bolo salgado de legumes	Fruta(Banana) Pizza integral caseira	Fruta(mamão) Bolo de laranja
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					
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			MARÇO 2023
	2ª FEIRA(06/03)	3ª FEIRA(07/03)	4ª FEIRA (08/03)	5ª FEIRA (09/03)	6ª FEIRA (10/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão de leite puro Fruta(banana)	Pão integral com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(manga)	Pão integral com geléia de frutas caseira Fruta(laranja)
Almoço 10:45	Arroz, feijão preto, com molho de carne moída Salada de cenoura cozida e brócolis	Arroz, feijão preto, massa, molho de carne de porco picadinho/desfiada Salada de beterraba e pepino	Arroz, feijão preto, molho de frango desfiado Salada de couve-flor e alface	Arroz, lentilha cozida, mandioca, molho de carne de panela desfiada/picadinho Salada de beterraba e brócolis	Carreteiro com carne moída Salada de couve-flor 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(mamão) Bolo de cenoura	Fruta(manga) Pão integral com ovo mexido	Fruta(laranja) Panqueca de banana	Fruta(maçã) Biscoito de aveia	Fruta(banana) Pizza integral
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			MARÇO 2023
	2ª FEIRA(13/03)	3ª FEIRA(14/03)	4ª FEIRA (15/03)	5ª FEIRA (16/03)	6ª FEIRA (17/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche puro Fruta(maçã)	Pão integral com geléia de frutas caseira Fruta(banana)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(mamão)	Pão integral puro Fruta(laranja)	Pão de sanduíche com geléia de frutas caseira Fruta(maçã)
Almoço 10:45	Arroz, feijão carioca, massa, molho de frango desfiado Salada de cenoura cozida e alface	Arroz, feijão preto, moranga cozida, molho de carne de panela picadinho/desfiada Salada de beterraba e repolho	Arroz, lentilha, 1 ovo cozido, molho de carne de moída Salada de couve-flor e abobrinha cozida	Arroz, feijão preto, purê de batata(sem leite), molho de frango desfiado/picadinho Salada de alface e repolho	Arroz, mandioca, feijão carioca, molho de carne porco desfiada/picadinho Salada de brócolis e tomate
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 sem leite	Fruta(mamão) Bolo de banana	Fruta(laranja) Bolo salgado de legumes(sem leite e queijo)	Fruta(maçã) Pão integral puro ou com banana amassada	Fruta(banana) Bolo de laranja
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			MARÇO 2023
	2ª FEIRA(20/03)	3ª FEIRA(21/03)	4ª FEIRA (22/03)	5ª FEIRA (23/03)	6ª FEIRA (24/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão integral com geléia caseira Fruta(mamão)	Pão de leite com ovo mexido Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão integral puro Fruta(banana)	Pão de sanduíche com geléia Fruta(mamão)
Almoço 10:45	Arroz, lentilha cozida, refogado de batata com carne moída Salada de abobrinha e repolho	Galinhada, mandioca Salada de beterraba e tomate	Arroz, feijão carioca, moranga cozida, carne de porco picadinha/desfiada Salada de couve-flor e abobrinha cozida	Arroz, feijão preto, massa, molho de carne de panela desfiada/picadinha Salada de alface e cenoura cozida	Arroz, feijão carioca, mandioca, molho de carne porco desfiada/picadinha Salada de brócolis e beterraba cozida
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 de banana e cacau	Fruta(mamão) Pizza integral	Fruta(abacaxi) Bolo de Maçã sem açúcar	Fruta(maçã) Pão de leite com geléia caseira	Fruta(abacaxi) Biscoito integral
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			MARÇO 2023
	2ª FEIRA(27/03)	3ª FEIRA(28/03)	4ª FEIRA (29/03)	5ª FEIRA (30/03)	6ª FEIRA (31/03)
Desjejum/ colação 08:40	Pão de sanduíche com ovo mexido Fruta(banana)	Pão integral com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão de leite puro Fruta(mamão)	Pão de sanduíche com geléia caseira Fruta(maçã)	Pão integral com ovo mexido Fruta(manga)
Almoço 10:45	Arroz, massa, feijão preto, molho de frango picadinho/desfiado Salada de cenoura e repolho	Arroz, feijão carioca, purê de batata, molho de carne de panela picadinha/desfiada Salada de abobrinha e alface	Arroz, feijão preto, batata doce cozida, carne de porco picadinha/desfiada Salada de chuchu e beterraba	Arroz, lentilha, ½ ovo cozido, mandioca, molho de carne panela picadinha/desfiada Salada de brócolis e couve-flor	Arroz, feijão carioca, refogado de moranga com carne moída Salada de abobrinha e tomate
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(manga) Bolo de banana sem açúcar	Fruta(laranja) Bolo salgado de legumes	Fruta(Banana) Pizza integral caseira	Fruta(mamão) Bolo de laranja
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 Derlinda Mumbach
Nutricionista
CRM 2-135980