|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SC  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE | | | | | |
| CARDÁPIO: CRECHE - MATERNAIS | | | | | |
| SETEMBRO DE 2022 | | | | | |
| 1ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 05/09 | 06/09 | 07/09 | 08/09 | 09/09 |
| Café da manhã  (08h00’) | Café com leite, biscoitos de polvilho | Chá mate ou de ervas, torradinha com manteiga, orégano e tomate | FERIADO | Café com leite, pão com doce de fruta sem açúcar | Bolo de maçã integral  Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia |
|  |  |  |  |  |  |
| Almoço  (10h30’) | \*Arroz branco  \*Feijão preto  \*Batata doce refogada  \*Bife cortado em tiras em molho acebolado  \*Saladas | \*Polenta cremosa  \*Costelinha suína em molho OU assada  \*Farofa (biju) de couve  \*Saladas | FERIADO | \*Arroz branco  \*Feijão carioca  \*Abóbora cabotiá caramelada OU assada  \*Bisteca bovina  em molho  \*Saladas | \*Macarrão talharim com molho de frango (sassami+drumete)  \*Saladas |
|  |  |  |  |  |  |
| Lanche da tarde  (14h00’) | Sagu com creme de maisena | Buffet de frutas | FERIADO | Buffet de frutas | Buffet de frutas |
|  |  |  |  |  |  |
| Jantar  (16h00’) | \*Macarrão espaguete com molho de carne moída  \*Salada de beterraba + cenoura + repolho | \*Risoto com frango e legumes  \*Salada de acelga + brócolis | FERIADO | \*Arroz colorido com legumes, estrogonofe de carne de frango  \*Salada (alface) | \*Pão caseirinho com carne moída bovina  \* Suco de abacaxi (natural) |
|  |  |  |  |  |  |
| Composição nutricional (média semanal) | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTNA (g)** | **LPD (g)** |  |
| 55 – 65% do VET | 10 – 15% do VET | 15 – 30% do VET |  |
|  |  |  |  |  |

**Observações:**

- **É proibido utilizar açúcar branco nas preparações incluindo as bebidas, substituir pelo açúcar mascavo em pequena quantidade somente se necessário;**

- É autorizado inverter os dias das frutas se necessário conforme amadurecimento e disponibilidade;

- Devem ser servidas no mínimo DOIS tipos de saladas no dia, preferencialmente uma cozida e uma crua/folhosas.

- Necessidades alimentares especiais: usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais;

- Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos com autorização da nutricionista;

- Deve ser comunicado a nutricionista urgentemente sobre a falta de qualquer item que afete a execução do cardápio.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SC  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE | | | | | |
| CARDÁPIO: CRECHE - MATERNAIS | | | | | |
| SETEMBRO DE 2022 | | | | | |
| 2ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 12/09 | 13/09 | 14/09 | 15/09 | 16/09 |
| Café da manhã  (08h00’) | Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia, pão de queijo de frigideira | Café com leite, cookies sem açúcar | Café com leite, pão com manteiga | Chá mate ou de ervas, bolo de banana com aveia | Iogurte natural batida com fruta + granola + aveia |
|  |  |  |  |  |  |
| Almoço  (10h30’) | \*Arroz branco  \*Lentilha  \*Linguicinha + batata assadas  \*Saladas com grão de bico | \*Arroz branco  \*Feijão carioca  \*Tortéi pastelzinho com molho de calabresa e tomate  \*Frango (coxa e sobrecoxa) assado com legumes  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Feijão vermelho + branco  \*Purê de batatas  \*Carne moída (bovina) em molho + PTS  Saladas | \*Macarrão espaguete grosso com molho de carne de panela (acém)  \*Saladas | \*Arroz integral  \*Feijão preto  \*Estrogonofe de frango (sassami)  \*Farofa (mandioca+biju) de cenoura  \*Saladas |
|  |  |  |  |  |  |
| Lanche da tarde  (14h00’) | Creme de maizena, biscoito salgado | Buffet de frutas | Barra de cereal e frutas | Buffet de frutas | Buffet de frutas |
|  |  |  |  |  |  |
| Jantar  (16h00’) | \*Polenta cremosa, molho de frango (sassami)  \* Salada de repolho + chuchu | \*Vaca atolada (mandioca + acém)  \*Salada de alface | \*Sopa de feijão preto, macarrão de letrinhas e legumes | \*Arroz colorido com legumes, carne suína em molho com legumes e batatas  \* Salada de beterraba + cenoura | \*Sanduiche natural com: pão, frango desfiado, alface e tomate  \*Suco ou chá |
|  |  |  |  |  |  |
| Composição nutricional (média semanal) | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTNA (g)** | **LPD (g)** |  |
| 55 – 65% do VET | 10 – 15% do VET | 15 – 30% do VET |  |
|  |  |  |  |  |

**Observações:**

- **É proibido utilizar açúcar branco nas preparações incluindo as bebidas, substituir pelo açúcar mascavo em pequena quantidade somente se necessário;**

- É autorizado inverter os dias das frutas se necessário conforme amadurecimento e disponibilidade;

- Devem ser servidas no mínimo DOIS tipos de saladas no dia, preferencialmente uma cozida e uma crua/folhosas.

- Necessidades alimentares especiais: usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais;

- Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos com autorização da nutricionista;

- Deve ser comunicado a nutricionista urgentemente sobre a falta de qualquer item que afete a execução do cardápio.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SC  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE | | | | | |
| CARDÁPIO: CRECHE - MATERNAIS | | | | | |
| SETEMBRO DE 2022 | | | | | |
| 3ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 19/09 | 20/09 | 21/09 | 22/09 | 23/09 |
| Café da manhã  (08h00’) | Chá mate ou de ervas, biscoitos diversos | Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia  \*Bolo salgado de tapioca | Waffle + suco ou chá | Café com leite, torrada com: Pão, requeijão, queijo, tomate e orégano | Café com leite, bolo de laranja |
|  |  |  |  |  |  |
| Almoço  (10h30’) | \*Arroz integral  \*Feijão vermelho + branco  \*Costelinha suína assada  \*Mix de farinhas  \*Saladas | \*Polenta cremosa  \*Frango (sassami+drumete) em molho  \*Saladas | \* Arroz colorido  \*Feijão preto  \*Abóbora cabotiá refogada + legumes  \*Bife bovino acebolado  \*Saladas | \*Macarrão furado grosso + molho de tomate e calabresa  \*Frango (drumete) assado  \*Saladas | \*Arroz carreteiro com acém +músculo e legumes  \*Saladas |
|  |  |  |  |  |  |
| Lanche da tarde  (14h00’) | Buffet de frutas | Gelatina incolor batida com fruta + creme de maizena | Buffet de frutas | Iogurte natural batido com fruta | Buffet de frutas |
|  |  |  |  |  |  |
| Jantar  (16h00’) | \*Macarrão espaguete com molho de frango  \*Salada de alface + acelga | \*Arroz branco, feijão preto, carne moída em molho  \*Salada de beterraba, repolho e cenoura | \*Mini pizza  \*Suco ou chá | \* Torta salgada com carne moída de frango + chá OU suco | \*Sopa de legumes, macarrão cabelo de anjo, frango |
|  |  |  |  |  |  |
| Composição nutricional (média semanal) | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTNA (g)** | **LPD (g)** |  |
| 55 – 65% do VET | 10 – 15% do VET | 15 – 30% do VET |  |
|  |  |  |  |  |

**Observações:**

- **É proibido utilizar açúcar branco nas preparações incluindo as bebidas, substituir pelo açúcar mascavo em pequena quantidade somente se necessário;**

- É autorizado inverter os dias das frutas se necessário conforme amadurecimento e disponibilidade;

- Devem ser servidas no mínimo DOIS tipos de saladas no dia, preferencialmente uma cozida e uma crua/folhosas.

- Necessidades alimentares especiais: usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais;

- Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos com autorização da nutricionista;

- Deve ser comunicado a nutricionista urgentemente sobre a falta de qualquer item que afete a execução do cardápio.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SC  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE | | | | | |
| CARDÁPIO: CRECHE - MATERNAIS | | | | | |
| SETEMBRO DE 2022 | | | | | |
| 4ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 26/09 | 27/09 | 28/09 | 29/09 | 30/09 |
| Café da manhã  (08h00’) | Café com leite, bolacha caseira | Café com leite, pão com presunto e queijo (fazer na sanduicheira) | Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia  \*Pão caseiro com doce de frutas sem adição de açúcares | Bolo de banana caseiro com aveia  Chá de ervas | Iogurte natural batida com fruta + granola + aveia |
|  |  |  |  |  |  |
| Almoço  (10h30’) | \*Arroz integral  \*Feijão preto  \*Tortéi enrolado com molho de tomate e calabresa  \*Frango (Coxa e sobrecoxa) assado  \*Saladas | \*Arroz branco  \*Feijão preto  \*Vaca atolada com mandioca e acém  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Feijão vermelho + branco  \*Purê de batata  \*Bisteca suína refogada  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Feijão carioca  \*Carne moída (bovina) com legumes  \*Saladas | \*Macarrão talharim com molho de carne moída de frango e tomate  \*Saladas |
|  |  |  |  |  |  |
| Lanche da tarde  (14h00’) | Creme de maisena | Buffet de frutas | Barra de cereal | Buffet de frutas | Buffet de frutas |
|  |  |  |  |  |  |
| Jantar  (16h00’) | \*Sopa de feijão, macarrão cabelo de anjo e legumes | \*Bolo de pão de queijo  \* Suco de laranja natural | \*Esfihas, suco ou chá | \*Polenta cremosa, carne de panela em molho  \*Salada de repolho e cenoura | \*Pão caseirinho com omelete temperado e queijo  \* Chá |
|  |  |  |  |  |  |
| Composição nutricional (média semanal) | **Energia (Kcal)** | **CHO (g)** | **PTNA (g)** | **LPD (g)** |  |
| 55 – 65% do VET | 10 – 15% do VET | 15 – 30% do VET |  |
|  |  |  |  |  |

**Observações:**

- **É proibido utilizar açúcar branco nas preparações incluindo as bebidas, substituir pelo açúcar mascavo em pequena quantidade somente se necessário;**

- É autorizado inverter os dias das frutas se necessário conforme amadurecimento e disponibilidade;

- Devem ser servidas no mínimo DOIS tipos de saladas no dia, preferencialmente uma cozida e uma crua/folhosas.

- Necessidades alimentares especiais: usar produtos exclusivos para atendimento das necessidades alimentares especiais;

- Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos com autorização da nutricionista;

- Deve ser comunicado a nutricionista urgentemente sobre a falta de qualquer item que afete a execução do cardápio.