|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SC  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE | | | | | |
| CARDÁPIO: CRECHE - MATERNAIS | | | | | |
| DEZEMBRO DE 2022 | | | | | |
| 1ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 05/12 | 06/12 | 07/12 | 08/12 | 09/12 |
| Café da manhã  (08h00’) | Café com leite, biscoitos de polvilho | Chá mate ou de ervas, torradinha com manteiga, orégano e tomate | Waffle + suco ou chá | 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 integral  \*Feijão preto  \*Tortéi enrolado com molho de frango  \*Saladas | \*Arroz branco, feijão preto, carne moída suína em molho  \*Salada de beterraba, repolho e cenoura | \*Arroz colorido  \*Feijão vermelho + branco  \*Purê de batata  \* Costela bovina assada  \*Saladas | \*Arroz carreteiro com carne bovina e legumes  \*Saladas | \* Sopa de agnoline com frango e legumes  \*Pão integral |
|  |  |  |  |  |  |
| Lanche da tarde  (14h00’) | Sagu com creme de maisena | Buffet de frutas | Iogurte natural batido com fruta | Buffet de frutas | Buffet de frutas |
|  |  |  |  |  |  |
| Jantar  (16h00’) | \*Sopa de legumes, macarrão cabelo de anjo e carne bovina | \*Polenta cremosa, frango em molho  \*Saladas | \*Mini pizza  \*Suco de abacaxi | \*Macarrão espaguete com molho de carne moída de frango  \*Salada de alface + acelga | \* Torta salgada com carne moída bovina + chá OU suco |
|  |  |  |  |  |  |
| 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 | | | | | |
| DEZEMBRO DE 2022 | | | | | |
| 2ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 12/12 | 13/12 | 14/12 | 15/12 | 16/12 |
| 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’) | \*Polenta cremosa  \*Farofa de couve  \*Costelinha suína em molho  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Feijão carioca  \*Lasanha de frango  \*Saladas | \*Arroz integral  \*Feijão preto  \*Panqueca com carne moída (bovina) e PTS em molho  \*Saladas | \*Arroz branco, frango (coxa e sobrecoxa) assada com legumes  \*Saladas | \*Arroz de forno com legumes e queijo  \*Tilápia assada com batatas  \*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’) | \*Risoto de frango e legumes  \* Salada (tomate + pepino) | Torta de pão fatiado com presunto, queijo e requeijão  \*Suco de uva | \*Sopa de feijão vermelho, macarrão de letrinhas e legumes | \*Macarrão com molho de carne bovina moída  Saladass | \*Pão caseirinho com omelete temperado e queijo  \* Chá gelado |
|  |  |  |  |  |  |
| 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 | | | | | |
| DEZEMBRO DE 2022 | | | | | |
| 3ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 19/12 | 20/12 | 21/12 | 22/12 | 23/12 |
| 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 | RECESSO | RECESSO |
|  |  |  |  |  |  |
| Almoço  (10h30’) | \*Arroz integral  \*Feijão preto  \*Linguicinha assada  \*Farofa (mandioca+biju) de cenoura  \*Saladas | \*Macarrão furado grosso com molho de tomate e calabresa  \*Frango (coxa e sobrecoxa) assado  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Feijão carioca  \*Bife acebolado  \*Batata doce refogada  \*Saladas | RECESSO | RECESSO |
|  |  |  |  |  |  |
| Lanche da tarde  (14h00’) | Buffet de frutas | Gelatina incolor batida com fruta + creme de maizena | Buffet de frutas | RECESSO | RECESSO |
|  |  |  |  |  |  |
| Jantar  (16h00’) | \*Polenta com molho de carne moída bovina e legumes  \*Saladas | \*Arroz branco, feijão preto, carne de panela com batatas e legumes  \*Salada de beterraba, repolho e cenoura | \* Sanduiche natural  \*Suco de uva | RECESSO | RECESSO |
|  |  |  |  |  |  |
| 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