|  |
| --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: PRÉ - ESCOLA |
| ABRIL DE 2024 |
| 1ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 01/abr | 02/abr | 03/abr | 04/abr | 05/abr |
| Café da manhã(08h30’) | \* Leite + aveia + canela \*Biscoitos de polvilho com açúcar mascavo | \*Chá mate ou de ervas \*Torradinha com: pão integral, manteiga, orégano e tomate | \* Suco de laranja ou chá\*Waffle | \*Café com leite \*Pão com doce de fruta sem açúcar | \* Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia\*Bolo de maçã integral |
| Almoço(11h00’) | \*Polenta cremosa\*Frango (sassami + drumete) em molho\*Farofa (mandioca+biju) de couve\*Saladas  | \* Arroz branco\* Feijão preto\*Lasanha de frango\*Bisteca bovina refogada\*Saladas | \*Arroz integral\*Feijão preto\*Vaca atolada com mandioca e acém\*Saladas  | \*Arroz colorido\*Lentilha\*Costela bovina assada\*Farofa (mandioca) de cenoura\*Saladas | \*Arroz branco\*Feijão vermelho + branco\*Omelete temperado\*Saladas |
| Lanche da tarde(14h55’ as 15h35’) | \* Macarrão furado grosso com molho de carne moída bovina\*Salada (alface) | \*Arroz colorido com legumes, estrogonofe de carne de frango\*Salada (alface)\*Fruta (maçã) | \* Sopa de legumes, macarrão conchinha e frango\*Fruta (banana) | \* Polenta com molho de frango (sassami)\* Salada (repolho + acelga)\*Fruta (caqui) | \* Pão caseirinho com carne moída bovina\*Suco ou chá\*Fruta (mamão) |
| 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:**

- Utilizar o mínimo de açúcar nas preparações, trocar pelo açúcar mascavo sempre que possível;

- 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 – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: PRÉ - ESCOLA |
| ABRIL DE 2024 |
| 2ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 08/abr | 09/abr | 10/abr | 11/abr | 12/abr |
| Café da manhã(08h30’) | \*Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia\* Pão de queijo de frigideira | \*Leite + canela\*Pão branco fatiado com manteiga | \*Chá mate ou de ervas\*Bolo de banana com aveia | \*Chá de maçã + leite\*Pão branco fatiado com geleia sem açúcares  | \*Café com leite \*Cookies sem açúcar  |
| Almoço(11h00’) | \*Arroz integral\*Feijão carioca\*Purê de batatas\*Lombo refogado\*Saladas | \*Macarrão espaguete grosso + molho de calabresa e tomate\* Frango (coxa e sobrecoxa assada) com legumes\*Saladas | \*Polenta cremosa\*Carne moída (bovina) em molho + PTS\*Farofa (biju) de couveSaladas | \*Sopa de agnoline com frango (coxa e sobrecoxa) + legumes\*Pão integral  | \*Arroz colorido\*Feijão preto\*Abóbora cabotiá refogada \*Carne de panela em molhoSaladas  |
| Lanche da tarde(14h55’ as 15h35’) | \*Sopa de legumes, frango e macarrão cabelo de anjo  | \*Arroz branco\* Feijão vermelho\*Carne de panela em molho\* Salada (beterraba + repolho)\*Fruta (maçã) | \* Esfihas\*Suco ou chá\*Fruta (banana) | \*Torta salgada com carne moída e legumes\*Suco de limão \*Fruta (melão) | \* Pão caseirinho com omelete temperado \*Suco ou chá\*Fruta (mamão) |
| 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:**

- Utilizar o mínimo de açúcar nas preparações, trocar pelo açúcar mascavo sempre que possível;

- 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 – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: PRÉ - ESCOLA |
| ABRIL DE 2024 |
| 3ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 15/abr | 16/abr | 17/abr | 18/abr | 19/abr |
| Café da manhã(08h30’) | \*Chá mate ou de ervas \*Biscoitos diversos (sem açúcar) | \*Leite + canela \*Torrada com: Pão integral, requeijão, queijo, tomate e orégano  | \* Suco de laranja ou chá\*Waffle | \*Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia\*Bolo salgado de tapioca | \*Café com leite \*Bolo de laranja |
| Almoço(11h00’) | \*Arroz colorido\*Lentilha\*Tilápia assada com legumes e batatas\*Saladas  | \*Macarrão furado grosso + molho de carne moída e tomate\*Saladas  | \*Arroz integral\*Feijão preto\* Frango moído em molho com legumes\*Saladas | \*Risoto de frango e legumes\*Saladas com grão de bico cozido  | \*Arroz colorido\*Feijão vermelho\* Tortéi enrolado com molho de calabresa\* Frango (drumete) assado com legumes\* Saladas |
| Lanche da tarde(14h55’ as 15h35’) | \*Polenta com carne moída em molho\* Saladas (tomate e repolho) | \*Arroz carreteiro com acém + músculo + legumes\*Salada (repolho+brócolis+cenoura)\*Fruta (maçã) | \* Sopa de feijão vermelho + branco, legumes, macarrão cabelo de anjo\*Fruta (banana) | \* Macarrão talharim com molho de frango (sassami+drumete)\* Salada (acelga e beterraba)\*Fruta (melancia) | \*Pão francês integral com presunto, queijo\* Achocolatado espumante batido com aveia em flocos\*Fruta (mamão) |
| 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:**

- Utilizar o mínimo de açúcar nas preparações, trocar pelo açúcar mascavo sempre que possível;

- 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 – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: PRÉ - ESCOLA |
| ABRIL DE 2024 |
| 4ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 22/abr | 23/abr | 24/abr | 25/abr | 26/abr |
| Café da manhã(08h30’) | \*Leite + canela\*Bolacha caseira  | \*Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia\*Pão com presunto e queijo (fazer na sanduicheira) | \*Café com leite \*Pão de milho com doce de frutas sem adição de açúcares | \*Chá de ervas\*Bolo de banana caseiro com aveia | \* Suco de uva\* Pão de queijo de frigideira |
| Almoço(11h00’) | \*Polenta cremosa\*Costelinha suína em molho OU assada\*Farofa (biju) de couve\*Saladas | \*Arroz colorido\*Feijão preto\*Batata doce refogada\*Bife cortado em tiras em molho acebolado\*Saladas  | \*Macarrão talharim com molho de frango (sassami+drumete)\*Saladas | \*Arroz integral\*Feijão carioca\*Carne suína moída em molho com batatas e legumes\*Saladas  | \*Arroz branco\*Feijão carioca\*Abóbora cabotiá assada ou refogada\*Bisteca bovina em molho\*Saladas  |
| Lanche da tarde(14h55’ as 15h35’) | \*Sopa de feijão, macarrão de letrinhas e legumes | \*Quirerinha, frango em molho\*Salada de alface\*Fruta (maçã) | \*Mini pizza\*Suco ou chá\*Fruta (banana) | \*Risoto com frango e legumes\*Salada de acelga + brócolis \*Fruta (abacaxi) | \*Pão com carne moída bovina\*Suco de uva\*Fruta (mamão) |
| 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:**

- Utilizar o mínimo de açúcar nas preparações, trocar pelo açúcar mascavo sempre que possível;

- 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 – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: PRÉ - ESCOLA |
| ABRIL DE 2024 |
| 5ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 29/abr | 30/abr | 01/mai | 02/mai | 03/mai |
| Café da manhã(08h30’) | \*Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia\*Biscoitos diversos salgados | \*Leite, aveia e canela \*Bolo de laranja | FERIADO  | \*Café com leite \*Bolacha caseira com açúcar mascavo | \*Chá de maçã\*Panqueca de aveia, banana |
| Almoço(11h00’) | \*Arroz integral\*Feijão preto\*Estrogonofe de frango (sassami)\*Farofa (mandioca+biju) de cenoura\*Saladas | \*Arroz colorido\*Feijão vermelho + branco\*Purê de batatas\*Carne moída (bovina) em molho + PTSSaladas | FERIADO | \*Arroz branco\*Lentilha\*Linguicinha + batata assadas\*Saladas com grão de bico | \*Macarrão espaguete grosso com molho de carne de panela (acém)\*Saladas |
| Lanche da tarde(14h55’ as 15h35’) | \*Macarrão parafuso com molho de carne moída\*Salada de beterraba + cenoura + repolho | \* Arroz, feijão, omelete com legumes e queijo\* Salada (beterraba e cenoura)\*Fruta (maçã)  | FERIADO | \*Arroz branco\*Feijão preto\*Carne moída suína em molho com legumes\* Salada de repolho + pepino \*Fruta (laranja) | \* Sanduiche natural\*Suco de uva\*Fruta (mamão) |
| 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:**

- Utilizar o mínimo de açúcar nas preparações, trocar pelo açúcar mascavo sempre que possível;

- 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.