|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SC  PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE | | | | | |
| CARDÁPIO: CRECHE - MATERNAIS | | | | | |
| JULHO DE 2024 | | | | | |
| 1ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 01/jul | 02/jul | 03/jul | 04/jul | 05/jul |
| Café da manhã  (08h15’) | \* Leite + aveia + canela  \*Biscoitos de polvilho com açúcar mascavo | \* Suco de laranja ou chá de frutas  \*Waffle | \*Chá de ervas  \*Torradinha com: pão integral, manteiga, orégano e tomate | \*Leite + canela  \*Pão com doce de fruta sem açúcar | \* Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia  \*Bolo de maçã integral |
| Almoço  (10h30’) | \*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 | \*Arroz branco  \*Feijão carioca  \*Tortéi pastelzinho com molho de calabresa e tomate  \*Frango (coxa e sobrecoxa) assado com legumes  \*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  (13h30’) | \*Sagu com creme | \*Frutas: banana + mamão | \*Frutas: abacaxi + manga | \*Frutas: maçã + laranja | \*Iogurte natural batido com fruta |
| Jantar  (15h30’ – 15h45’) | \*Sopa de feijão, macarrão de letrinhas e legumes | \*Arroz carreteiro com acém + músculo + legumes  \*Salada (repolho+brócolis+cenoura) | \* Sopa de legumes, arroz e carne bovina | \* Macarrão talharim com molho de frango (sassami+drumete)  \* Salada (acelga e beterraba) | \*FESTA JULINA  \*Torta salgada com carne moída e legumes  \*Bolo de cenoura  \*Quentão com suco de uva |
| 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 | | | | | |
| JULHO DE 2024 | | | | | |
| 2ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 08/jul | 09/jul | 10/jul | 11/jul | 12/jul |
| Café da manhã  (08h15’) | \*Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia  \* Pão de queijo de frigideira | \*Leite + canela  \*Pão branco fatiado com manteiga | \*Leite + aveia + canela  \*Cookies sem açúcar | \*Chá de maçã com leite  \*Pão branco fatiado com geleia sem açúcares | \*Chá de frutas  \*Bolo de banana com aveia |
| Almoço  (10h30’) | \*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 + PTS  Saladas | \*Macarrão talharim com molho de frango (sassami+drumete)  \*Saladas | \*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  (13h30’) | \*Creme branco  \*Biscoito salgado | \*Frutas: morango + banana | \*Iogurte natural batido com fruta + granola + aveia | \*Frutas: maçã + laranja | \*Frutas: melão + melancia |
| Jantar  (15h30’ – 15h45’) | \*Polenta com carne moída em molho  \* Saladas (tomate e repolho) | \*Risoto com frango e legumes  \*Salada de acelga + brócolis | \*Sopa de feijão, legumes macarrão de letrinhas | \* Esfihas  \*Suco ou chá | \*Pão com carne moída bovina  \* Suco de uva |
| 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 | | | | | |
| JULHO DE 2024 | | | | | |
| 3ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 15/jul | 16/jul | 17/jul | 18/jul | 19/jul |
| Café da manhã  (08h15’) | \*Chá de ervas  \*Biscoitos diversos (sem açúcar) | \* Suco de laranja ou chá de frutas  \*Waffle | \*Leite + canela  \*Torrada com: Pão integral, requeijão, queijo, tomate e orégano | \*Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia  \*Bolo salgado de tapioca | \*Leite + aveia + canela  \*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 carne bovina e legumes  \*Saladas |
| Lanche da tarde  (13h30’) | \*Iogurte natural batido com fruta | \*Gelatina incolor batida com fruta + creme | \*Frutas: abacaxi + manga | \*Frutas: maçã + laranja | \*Frutas: melão + melancia |
| Jantar  (15h30’ – 15h45’) | \*Macarrão gravatinha com molho de carne moída  \*Salada de beterraba + cenoura + repolho | \*Arroz colorido com legumes, estrogonofe de carne de frango  \*Salada (alface) | \*Arroz branco  \*Feijão preto  \*Carne moída suína em molho com legumes  \* Salada de repolho + pepino | \*Quirerinha, frango em molho  \*Salada de alface | \*Pão caseirinho com carne moída de frango  \* 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 | | | | | |
| JULHO DE 2024 | | | | | |
| 4ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 22/jul | 23/jul | 24/jul | 25/jul | 26/jul |
| Café da manhã  (08h15’) | \*Leite + canela  \*Bolacha caseira | \*Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia  \*Pão com presunto e queijo (fazer na sanduicheira) | \*Leite + aveia + canela  \*Pão de milho com doce de frutas sem adição de açúcares | \* Suco de uva  \* Pão de queijo de frigideira | \*Chá de ervas  \*Bolo de banana caseiro com 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 | \*Macarrão talharim com molho de carne moída de frango e tomate  \*Saladas | \*Arroz colorido  \*Feijão carioca  \*Carne moída (bovina) com legumes  \*Saladas |
| Lanche da tarde  (13h30’) | \*Creme branco    \*Biscoito salgado | \*Frutas: banana + morango | \*Frutas: maçã + laranja | \*Frutas: abacaxi + manga | \*Iogurte natural batida com fruta + granola + aveia |
| Jantar  (15h30’ – 15h45’) | \*Sopa de legumes, macarrão cabelo de anjo e frango | \*Polenta cremosa, molho de frango (sassami)  \* Salada de repolho + chuchu | \*Sopa de agnoline, legumes e frango (sobrecoxa) | \*Sopa de feijão, arroz e legumes | \*Mini pizza  \*Chá mate Ou de ervas |
| 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 | | | | | |
| JULHO DE 2024 | | | | | |
| 5ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 29/jul | 30/jul | 31/jul | 01/ago | 02/ago |
| Café da manhã  (08h15’) | \*Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia  \*Biscoitos diversos salgados | \*Chá de maçã  \*Panqueca de aveia, banana | \*Chá de frutas  \*Pão branco fatiado com requeijão | \*Leite + aveia + canela  \*Bolacha caseira com açúcar mascavo | \*Leite + canela  \*Bolo de laranja |
| 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) em molho  \*Saladas | \*Risoto com frango (sassami + drumete) e legumes  \*Saladas | \*Arroz de forno com legumes e queijo  \*Lentilha  \*Tilápia assada com batatas  \*Saladas |
| Lanche da tarde  (13h30’) | \*Iogurte natural batido com fruta | \*Frutas: maçã + laranja | \*Frutas: banana + mamão | \*Gelatina incolor batida com fruta + creme | \*Frutas: melão + melancia |
| Jantar  (15h30’ – 15h45’) | \*Macarrão espaguete com molho de frango  \*Salada de alface + acelga | \*Arroz branco, feijão preto, carne moída em molho  \*Salada de beterraba, repolho e cenoura | \*Sopa de lentilha, macarrão cabelo de anjo e legumes | \* Torta salgada com carne moída de frango + chá OU suco | \*Pão caseirinho com omelete temperado  \*Suco de uva OU quentão de suco de uva |
| 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.