|  |
| --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: PRÉ - ESCOLA |
| 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(08h30’) | \* Leite + aveia + canela \*Biscoitos de polvilho com açúcar mascavo | \* Suco de laranja ou chá\*Waffle  | \*Chá mate ou de ervas \*Torradinha com: pão integral, manteiga, orégano e tomate | \*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\*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(14h55’ as 15h35’) | \*Sopa de feijão, macarrão de letrinhas e legumes | \*Arroz carreteiro com acém + músculo + legumes\*Salada (repolho+brócolis+cenoura)\*Fruta (maçã) | \* Sopa de legumes, arroz e carne bovina\*Fruta (banana) | \* Macarrão talharim com molho de frango (sassami+drumete)\* Salada (acelga e beterraba)\*Fruta (mamão) | \*FESTA JULINA\*Cachorro quente\*Bolo de cenoura\*Chocolate quente |
| 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 |
| 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(08h30’) | \*Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia\* Pão de queijo de frigideira | \*Leite + canela\*Pão branco fatiado com manteiga | \*Café com leite \*Cookies sem açúcar  | \*Chá de maçã + leite\*Pão branco fatiado com geleia sem açúcares  | \*Chá mate ou de ervas\*Bolo de banana com aveia  |
| 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 | \*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(14h55’ as 15h35’) | \*Polenta com carne moída em molho\* Saladas (tomate e repolho) | \*Risoto com frango e legumes\*Salada de acelga + brócolis \*Fruta (maçã) | \*Sopa de feijão, legumes macarrão de letrinhas\*Fruta (banana) | \* Esfihas\*Suco ou chá\*Fruta (pokã) | \*Pão com carne moída bovina\* Quentão de 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 |
| 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(08h30’) | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Almoço(11h00’) | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Lanche da tarde(14h55’ as 15h35’) | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| 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 |
| 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(08h30’) | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Almoço(11h00’) | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| Lanche da tarde(14h55’ as 15h35’) | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS | FÉRIAS |
| 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 |
| 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(08h30’) | \*Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia\*Biscoitos diversos salgados | \*Chá de maçã\*Panqueca de aveia, banana | \*Chá mate \*Pão branco fatiado com requeijão  | \*Café com leite \*Bolacha caseira com açúcar mascavo | \*Leite, aveia e canela \*Bolo de laranja  |
| Almoço(11h00’) | \*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(14h55’ as 15h35’) | \*Macarrão espaguete com molho de frango\*Salada de alface + acelga  | \*Arroz branco, feijão preto, carne moída em molho\*Salada de beterraba, repolho e cenoura\*Fruta (maçã) | \*Sopa de lentilha, macarrão cabelo de anjo e legumes\*Fruta (banana) | \* Torta salgada com carne moída de frango + chá OU suco\*Fruta (abacaxi) | \*Pão caseirinho com omelete temperado\*Suco de uva OU quentão de 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.