|  |
| --- |
| SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHEIRO PRETO – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: CRECHE - MATERNAIS |
| NOVEMBRO DE 2024 |
| 1ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 04/nov | 05/nov | 06/nov | 07/nov | 08/nov |
| 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 assada\*Farofa (mandioca+biju) de couve\*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 | \*Arroz integral\*Feijão preto\*Linguicinha assada\*Farofa (mandioca+biju) de cenoura\*Saladas  | \*Arroz branco\*Lentilha\*Panqueca com carne moída (bovina)\*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 e legumes  | \*Arroz + feijão+Farofa de ovos, couve e biju\*Salada de alface | \*Mini Pizza\*Chá ou suco | \*Arroz colorido com legumes, batata doce assada, carne bovina em molho\* Salada de tomate e pepino | \*Pão caseirinho com omelete temperado\*Suco de limão OU 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 – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: CRECHE - MATERNAIS |
| NOVEMBRO DE 2024 |
| 2ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 11/nov | 12/nov | 13/nov | 14/nov | 15/nov |
| 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 | FERIADO  |
| Almoço(10h30’) | \*Arroz integral\*Feijão preto\*Estrogonofe de carne bovina (bife em tiras)\*Farofa (mandioca+biju) de cenoura\*Saladas | \*Arroz colorido\*Feijão vermelho + branco\*Tortéi pastelzinho com molho de tomate e frango moído em molho\*Saladas | \* Carreteiro com músculo, acém e legumes\* Saladas | \* Arroz branco\* Feijão carioca\* Purê de batata\* Bisteca suína refogada\* Saladas | FERIADO |
| Lanche da tarde(13h30’) | \*Creme branco \*Biscoito salgado | \*Frutas: morango + banana  | \*Iogurte natural batido com fruta + granola + aveia  | \*Frutas: maçã + laranja | FERIADO |
| Jantar(15h30’ – 15h45’) | \*Macarrão furado grosso com frango em molho (sassami)\*Salada de repolho + cenoura | \* Esfihas\*Suco de uva | \*Sopa de feijão, macarrão conchinha e legumes | \* Arroz, feijão, omelete com legumes e queijo\* Salada (beterraba e cenoura) | FERIADO |
| 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 – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: CRECHE - MATERNAIS |
| NOVEMBRO DE 2024 |
| 3ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 18/nov | 19/nov | 20/nov | 21/nov | 22/nov |
| Café da manhã(08h15’) | \*Chá de ervas \*Biscoitos diversos (sem açúcar) | \* Suco de laranja ou chá de frutas\*Waffle  | FERIADO  | \*Leite com cacau e açúcar mascavo ou stevia\*Bolo salgado de tapioca | \*Leite + aveia + canela \*Bolo de laranja |
| Almoço(10h30’) | \*Arroz integral\*Feijão preto\*Vaca atolada com mandioca e acém\*Saladas | \*Arroz colorido\*Lentilha\*Costela bovina assada\*Farofa (mandioca) de cenoura\*Saladas | FERIADO  | \*Polenta cremosa\*Frango (sassami + drumete) em molho\*Farofa (mandioca+biju) de couve\*Saladas  | \*Arroz branco\*Feijão vermelho + branco\*Omelete temperado\*Saladas |
| Lanche da tarde(13h30’) | \*Iogurte natural batido com fruta  | \*Gelatina incolor batida com fruta + creme  | FERIADO | \*Frutas: maçã + laranja | \*Frutas: melão + melancia |
| Jantar(15h30’ – 15h45’) | \*Polenta com molho de frango (sassami)\* Salada (repolho + acelga) | \*Macarrão (penne) com molho de carne moída bovina\*Salada (alface) | FERIADO  | \*Risoto com frango\*Salada (repolho branco, roxo e brócolis) | \*Pão caseirinho com carne moída de frango e legumes \*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 – SCPROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE |
| CARDÁPIO: CRECHE - MATERNAIS |
| NOVEMBRO DE 2024 |
| 4ª SEMANA | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|  | 25/nov | 26/nov | 27/nov | 28/nov | 29/nov |
| 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 carioca\*Purê de batatas\*Lombo refogado\*Saladas | \*Polenta cremosa\*Carne moída de frango em molho\*Farofa (biju) de couveSaladas | \*Arroz colorido\*Feijão preto\*Abóbora cabotiá refogada \*Carne de panela em molhoSaladas | \*Sopa de agnoline com frango (coxa e sobrecoxa) + legumes\*Pão integral  | \*Macarrão espaguete grosso + molho de calabresa e tomate\* Frango (coxa e sobrecoxa assada) 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’) | \*Macarronada com molho de frango\* Saladas (Brócolis e acelga) | \*Arroz branco\* Feijão preto\*Carne de panela em molho\* Salada (beterraba + repolho) | \* Sopa de legumes, macarrão cabelo de anjo e frango | \*Torta salgada com carne moída e legumes\*Suco de uva | \*Pão caseirinho com carne moída bovina \*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.