

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CEINF SANTA RITA DE CÁSSIA POLO

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (6 - 11 meses)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

MAIO / 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE MATUTINO - 7:30 VESPERTINO - 15:00	-Leite	-Leite	-Leite	-Leite	-Leite			
ALMOÇO MATUTINO - 09:20 VESPERTINO - 13:00	-Creme de abóbora-cabotian com carne bovina moída (ver receita) -Arroz	-Frango desfiado ao molho-sugo com cheiro-verde -Arroz -Tutu de feijão preto (ver receita) -Abacaxi	-Risoto de lentilha com carne bovina moída (ver receita) -Salada de pepino com tomate -Poncã	-Macarrão com sardinha (ver receita) -Salada de acelga com cenoura -Banana prata	-Carne bovina de panela (servir desfiada) -Arroz -Maionese caseira de legumes (cenoura, ervilha, batata e cheiro-verde) (ver receita) -Maçã			
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
		303,76Kcal	40g	10g				
		53%	13%	34%				



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

Considerações: As refeições devem apresentar consistência branda (alimentos macios, bem cozidos e picados), NUNCA liquidificadas ou peneiradas. Frutas devem ser raspadas, amassadas e/ou bem picadas. É PROIBIDO O USO DE AÇÚCAR.

NOTA: Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CEINF SANTA RITA DE CÁSSIA POLO

CARDÁPIO – CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (1 - 3 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

MAIO / 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE MAT. - 7:30 VESP. - 15:00	-Leite batido com cacau em pó (gelado) -Pão de forma com manteiga	-Leite com cacau em pó (morno) -Bolo de nata (ver receita)	-Suco natural de cenoura com laranja -Torta salgada de sardinha (ver receita)	-Suco natural de abacaxi com couve -Pão caseiro de cacau (ver receita)	-Leite batido com banana e maçã -Pão de queijo (ver receita)			
ALMOÇO MAT. - 09:20 VESP. - 13:00	-Creme de abóbora-cabotian com carne bovina moída (ver receita) -Arroz	-Frango desfiado ao molho sugo com cheiro-verde -Arroz -Tutu de feijão preto (ver receita) -Abacaxi	-Risoto de lentilha com carne bovina moída (ver receita) -Salada de pepino com tomate -Poncã	-Macarrão com sardinha (ver receita) -Salada de acelga com cenoura -Banana prata	-Carne bovina de panela (servir desfiada) -Arroz -Maionese caseira de legumes (cenoura, ervilha, batata e cheiro-verde) (ver receita) -Maçã			
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
	471,64Kcal	68g 57%	16g 13%	16g 31%	168,13	52,14	186,85	2,16



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

NOTA: Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CEINF SANTA RITA DE CÁSSIA POLO

CARDÁPIO – CRECHE – BENICIO BRAGA CINTURIÃO WUST

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (1 - 3 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: ALERGIA À APROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)

MAIO / 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO 7:30	-Leite de soja -Pão vegano	-Leite de soja -Biscoito vegano	-Suco natural de cenoura com laranja -Pão vegano	-Suco natural de abacaxi -Pão vegano	-Leite de soja -Biscoito vegano
ALMOÇO MATUTINO 09:20	-Creme de abóbora- cabotian com carne bovina moída (sem creme de leite) -Arroz	-Frango desfiado ao molho sugo com cheiro-verde -Arroz -Tutu de feijão preto -Abacaxi	-Risoto de lentilha com carne bovina moída -Salada de pepino com tomate -Poncã	-Macarrão com sardinha -Salada de acelga com cenoura -Banana prata	-Carne bovina de panela (servir desfiada) -Arroz -Legumes cozidos (cenoura, ervilha e batata) -Maçã

ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

→ **NÃO PODE CONSUMIR LEITE DE VACA, QUEIJOS, MANTEIGA, REQUEIJÃO, CREME DE LEITE E DEMAIS DERIVADOS DE LEITE**, preparações à base de leite (bolos, pães, tortas, cremes, molhos, entre outros), bolachas e biscoitos que possuem leite em sua composição;

→ NUNCA utilize margarina para produção de refeições, bolos, tortas e pães do aluno, pois contém derivados do leite;

→ No preparo de bolos e tortas, substituir o leite por água e a margarina por óleo;

→ Os bolos podem e devem ser feitos uma vez na semana, armazenar separado por porção em sacos plásticos transparentes próprios para embalagens, identificados com a data da produção e congelar. O descongelamento deve ser feito sob refrigeração ou sob aquecimento. Armazene por até 30 dias;

→ Molho ferrugem (feito com o próprio caldo da carne ou frango);

→ Deve-se retirar a porção do aluno antes de adicionar os ingredientes que o mesmo tem restrição à preparação para os demais alunos;

→ **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

NOTA: Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.



Orientações para Cardápio com Necessidade Alimentar Especial: Alergia à Proteína do Leite de Vaca – APLV

- **Gêneros da Alimentação Escolar que o(a) aluno(a) NÃO pode consumir: Leite e preparações com esses ingredientes.**
- **Observar o rótulo dos produtos: Conferir se os gêneros alimentícios são isentos de leite, derivados e subprodutos em sua composição.**
Talvez seja necessário restringir TRAÇOS de leite quando presente nos alimentos. Na legislação brasileira é obrigatória a presença no rótulo da indicação ALÉRGICOS: CONTÉM leite / PODE CONTER leite / TRAÇOS de leite.
- **Substitutos:**
 - **Para o leite:** Leite VEGETAL de arroz, aveia, soja ou castanhas.
- Estocar os alimentos para estudantes com necessidades alimentares especiais de forma isolada (separados no alto das prateleiras, por exemplo) para evitar a contaminação cruzada na produção dos cardápios especiais;
- SEMPRE preparar a alimentação especial **primeiro**, de forma a evitar a contaminação cruzada com outros produtos que contém leite;
- Pessoas alérgicas podem ser muito sensíveis e pode ser necessário o controle de resquícos de leite. Nesse caso, separar equipamentos e utensílios para uso exclusivo dos alunos alérgicos a leite e fazer higienização adequada de maneira separada, com bucha, esponja de aço e pia exclusivos. Preferir utensílios que os resquícos podem ser removidos, como vidros, alumínio e inox. **NÃO UTILIZAR PLÁSTICO. Guardar os utensílios e produtos de higienização separadamente e identificados;**
- **Cuidado** para não compartilhar colheres de servir, liquidificador, copos, talheres e pratos;
- **Sugere-se adotar na rotina diária o ato de verificar previamente a presença dos alunos que recebem alimentação especial, a fim de evitar a produção desnecessária de refeições no dia;**
- Em caso de dúvidas entrar em contato com a nutricionista do Setor de Alimentação Escolar.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CEINF SANTA RITA DE CÁSSIA POLO

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

MAIO / 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO - 7:40 VESPERTINO - 15:20	-Leite batido com cacau em pó (gelado) -Pão de forma com manteiga	-Leite com cacau em pó (morno) -Bolo de nata (ver receita)	-Suco natural de cenoura com laranja -Torta salgada de sardinha (ver receita)	-Suco natural de abacaxi com couve -Pão caseiro de cacau (ver receita)	-Leite batido com banana e maçã -Pão de queijo (ver receita)
ALMOÇO MATUTINO - 09:40 VESPERTINO - 13:20	-Creme de abóbora-cabotian com carne bovina moída (ver receita) -Arroz	-Frango desfiado ao molho sugo com cheiro-verde -Arroz -Tutu de feijão preto (ver receita) -Abacaxi	-Risoto de lentilha com carne bovina moída (ver receita) -Salada de pepino com tomate -Poncã	-Macarrão com sardinha (ver receita) -Salada de acelga com cenoura -Banana prata	-Carne bovina de panela (servir desfiada) -Arroz -Maionese caseira de legumes (cenoura, ervilha, batata e cheiro-verde) (ver receita) -Maçã
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		79g	18g	17g	
		59%	14%	29%	
538,53 Kcal					



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

NOTA: Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CEINF SANTA RITA DE CÁSSIA POLO

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA I – KEVILYN CASSIANO ULRICH

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE / ALERGIA AO TOMATE, AMENDOIM, MILHO, FEIJÃO BRANCO E VERMELHO.

MAIO / 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO 7:40	-Leite zero lactose com cacau -Pão vegano	-Leite zero lactose com cacau -Biscoito vegano	-Suco natural de cenoura com laranja -Pão vegano	-Suco natural de abacaxi -Pão vegano	-Leite zero lactose batido com banana e maçã -Biscoito vegano
ALMOÇO MATUTINO 09:40	-Creme de abóbora-cabotian com carne bovina moída (sem creme de leite) -Arroz	-Frango desfiado com cheiro- verde -Arroz -Tutu de feijão preto -Abacaxi	-Risoto de lentilha com carne bovina moída -Salada de pepino -Poncã	-Macarrão com sardinha (sem extrato de tomate) -Salada de acelga com cenoura -Banana prata	-Carne bovina de panela (sem extrato de tomate) -Arroz -Legumes cozidos (cenoura, ervilha e batata) -Maçã

ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

→ **NÃO PODE** consumir leite de vaca, queijos, manteiga, requeijão e demais derivados de **LEITE COM LACTOSE**, preparações à base de leite (bolos, pães, tortas, cremes, molhos, entre outros); bolachas e biscoitos que possuem leite em sua composição;

→ Substituir o leite integral pelo zero lactose ou leite de soja;

→ **NUNCA** utilizar margarina para produção de refeições, bolos, tortas e pães da aluna, pois contém LACTOSE;

→ No preparo de bolos e tortas, substituir o leite integral pelo zero lactose ou por água e a margarina por óleo;

→ Os bolos podem e devem ser feitos uma vez na semana, armazenar separado por porção em sacos plásticos transparentes próprios para embalagens, identificados com a data da produção e congelar. O descongelamento deve ser feito sob refrigeração ou sob aquecimento. Armazene por até 30 dias; **NÃO PODE BOLO DE FUBÁ**.

→ **NÃO PODE CONSUMIR TOMATE, EXTRATO DE TOMATE, MILHO E AMENDOIM**. Deve-se retirar a porção da aluna antes de adicionar estes ingredientes à preparação para os demais alunos;

→ **NÃO PODE CONSUMIR CORANTE VERMELHO; AMIDO DE MILHO E FUBÁ;**

→ **NÃO PODE CONSUMIR FEIJÃO VERMELHO E BRANCO**. Utilizar FEIJÃO PRETO ou substituir por outros tipos de leguminosas como: soja, grão-de-bico, ervilha, lentilha, vagem;

→ Molho ferrugem (feito com o próprio caldo da carne ou frango);

→ Deve-se retirar a porção da aluna antes de adicionar os ingredientes que a mesma tem restrição à preparação para os demais alunos;

→ **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

NOTA: Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CEINF SANTA RITA DE CÁSSIA POLO

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA I – ANTHONY ALEXANDRE DIAS DA ROCHA

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE (sensibilidade ao leite zero lactose) / ALERGIA AO OVO, CORANTES ARTIFICIAIS AMARELO E VERMELHO

MAIO / 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE VESPERTINO - 15:20	-Chá mate -Pão vegano	-Chá mate -Biscoito vegano	-Suco natural de cenoura com laranja -Pão vegano	-Suco natural de abacaxi -Pão vegano	-Suco de laranja -Biscoito vegano
ALMOÇO VESPERTINO - 13:20	-Creme de abóbora- cabotian com carne bovina moída (sem creme de leite) -Arroz	-Frango desfiado ao molho sugo com cheiro-verde -Arroz -Tutu de feijão preto -Abacaxi	-Risoto de lentilha com carne bovina moída -Salada de pepino com tomate -Poncã	-Macarrão (sem ovos) com sardinha -Salada de acelga com cenoura -Banana prata	-Carne bovina de panela -Arroz -Legumes cozidos (cenoura, ervilha e batata) -Maçã

ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

- **NÃO PODE** consumir leite de vaca, queijos, manteiga, requeijão, creme de leite e demais derivados de **LEITE**, preparações à base de leite (bolos, pães, tortas, cremes, molhos, entre outros), bolachas e biscoitos que possuem leite em sua composição;
- Não oferecer **leite “zero lactose”** e demais derivados, pois o aluno **APRESENTA SENSIBILIDADE AO LEITE ZERO LACTOSE**;
- Não oferecer **OVOS** e preparações que contenham ovos;
- Leia o rótulo do macarrão para verificar se contém ovos;
- Não ofertar qualquer alimento que contenha **CORANTES OU AROMATIZANTES ARTIFICIAIS** (NA DÚVIDA, NÃO OFERTAR);
- Molho ferrugem (feito com o próprio caldo da carne ou frango);
- Deve-se retirar a porção do aluno antes de adicionar os ingredientes que o mesmo tem restrição à preparação para os demais alunos;
- **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

NOTA: Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

EMEF FRANCISCO ANTONIO DE SOUZA POLO

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (6 A 10 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: *(se for o caso)*

MAIO / 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE MATUTINO 08:40 VESPERTINO 13:50	-Creme de abóbora-cabotian com carne bovina moída (ver receita) -Arroz	-Cubos frango ao molho-sugo com cheiro-verde -Arroz -Tutu de feijão preto (ver-receita)	-Risoto de lentilha com carne bovina moída (ver receita) -Salada de pepino com tomate -Poncã	-Macarrão com sardinha (ver-receita) -Salada de acelga com cenoura -Banana prata	-Carne bovina de panela -Arroz -Maionese caseira de legumes (cenoura, ervilha, batata e cheiro-verde) (ver receita) -Maçã			
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)				
					55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
					485,25Kcal	76g	19g	12g
						63%	16%	22%



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

NOTA: Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

EMEF FRANCISCO ANTONIO DE SOUZA POLO

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I – SOFIA EMANUELLI BATISTA

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE / ALERGIA AO MILHO.

MAIO / 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO 08:40	-Creme de abóbora cabotian com carne bovina moída (sem creme de leite) -Arroz	-Cubos frango ao molho sugo com cheiro-verde -Arroz -Tutu de feijão preto	-Risoto de lentilha com carne bovina moída -Salada de pepino com tomate -Poncã	-Macarrão com sardinha -Salada de acelga com cenoura -Banana prata	-Carne bovina de panela -Arroz -Legumes cozidos (cenoura, ervilha e batata) -Maçã

ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

→ **NÃO PODE CONSUMIR LEITE DE VACA, QUEIJOS, MANTEIGA, REQUEIJÃO E DEMAIS DERIVADOS DE LEITE COM LACTOSE, PREPARAÇÕES À BASE DE LEITE (BOLOS, PÃES, TORTAS, CREMES, MOLHOS, ENTRE OUTROS), BOLACHAS E BISCOITOS QUE POSSUEM LEITE EM SUA COMPOSIÇÃO;**

→ SUBSTITUIR O LEITE INTEGRAL PELO ZERO LACTOSE;

→ Molho ferrugem (feito com o próprio caldo da carne ou frango).

→ Deve-se retirar a porção da aluna antes de adicionar os ingredientes que a mesma tem restrição à preparação para os demais alunos.

→ **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

NOTA: Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

ESCOLA MUNICIPAL DIONÍZIO ANTÔNIO VIEIRA

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA

QUILOMBOLA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

MAIO / 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	-Leite batido com cacau em pó (morno) -Pão com manteiga	-Leite com café - Pão com queijo	-Leite batido com banana -Pão com doce caseiro de abóbora	-Leite com café -Pão caseiro de cacau (ver receita)	-Leite batido com banana e maçã -Pão de queijo (ver receita)
ALMOÇO 11:30	-Creme de abóbora-cabotian com carne bovina moída (ver receita) -Arroz	-Cubos de frango ao molho sugo com cheiro-verde -Arroz -Tutu de feijão preto (ver receita) -Abacaxi	-Risoto de lentilha com carne bovina moída (ver receita) -Salada de pepino com tomate -Poncã	-Macarrão com sardinha (ver receita) -Salada de acelga com cenoura -Banana prata	-Carne bovina de panela -Arroz -Maionese caseira de legumes (cenoura, ervilha, batata e cheiro-verde) (ver receita) -Maçã
LANCHE DA TARDE 14:10	-Chá mate -Pão de forma com doce caseiro de abóbora	-Leite com cacau em pó (gelado) -Bolo de nata (ver receita)	-Suco natural de cenoura com laranja -Torta salgada de sardinha (ver receita)	- Suco natural de abacaxi com couve -Torta de carne com legumes	-Salada de frutas (abacaxi, banana e maçã) -Biscoito salgado
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1016,12 Kcal	151g	37g	31g
			60%	14%	28%



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

NOTA: Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

ESCOLA MUNICIPAL DIONÍZIO ANTÔNIO VIEIRA

CARDÁPIO – ENSINO FUNDAMENTAL I

QUILOMBOLA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA (6 - 10 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

MAIO / 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	-Leite batido com cacau em pó (morno) -Pão com manteiga	-Leite com café - Pão com queijo	-Leite batido com banana -Pão com doce caseiro de abóbora	-Leite com café -Pão caseiro de cacau (ver receita)	-Leite batido com banana e maçã -Pão de queijo (ver receita)
ALMOÇO 11:30	-Creme de abóbora-cabotian com carne bovina moída (ver receita) -Arroz	-Cubos de frango ao molho sugo com cheiro-verde -Arroz -Tutu de feijão preto (ver receita) -Abacaxi	-Risoto de lentilha com carne bovina moída (ver receita) -Salada de pepino com tomate -Poncã	-Macarrão com sardinha (ver receita) -Salada de acelga com cenoura -Banana prata	-Carne bovina de panela -Arroz -Maionese caseira de legumes (cenoura, ervilha, batata e cheiro-verde) (ver receita) -Maçã
LANCHE DA TARDE 14:10	-Chá mate -Pão de forma com doce caseiro de abóbora	-Leite com cacau em pó (gelado) -Bolo de nata (ver receita)	-Suco natural de cenoura com laranja -Torta salgada de sardinha (ver receita)	- Suco natural de abacaxi com couve -Torta de carne com legumes	-Salada de frutas (abacaxi, banana e maçã) -Biscoito salgado
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 1117,78Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			167g	41g	34g
			60%	15%	28%



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

NOTA: Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.