

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)

ABRIL/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE MANHÃ - 7:30 TARDE - 12:20	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
ALMOÇO MANHÃ - 09:40 TARDE - 14:20	Baião de três (arroz, feijão e carne moída) Banana	Frango em cubos refogado com tomate e cenoura / Arroz / Feijão Poncã	Farofa de ovos com carne moída e couve / creme de milho / arroz / Salada de alface e tomate Laranja	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate Maçã	Ensopado de carne com macarrão, batata, cenoura e brócolis Poncã			
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				
	327,12Kcal	45g 54%	12g 14%	12g 32%	113,94	23,22	200,84	1,55



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)

ABRIL/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE MANHÃ - 7:40 TARDE - 12:30	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito água e sal	Leite batido com banana e maçã / Pão com manteiga	Leite batido com banana e aveia / Bolo de cenoura	Suco de laranja / Biscoito maisena	Suco de polpa / Bolo de mandioca			
ALMOÇO MANHÃ - 09:50 TARDE - 14:30	Baião de três (arroz, feijão e carne moída) Banana	Frango em cubos refogado com tomate e cenoura / Arroz / Feijão Poncã	Farofa de ovos com carne moída e couve / Creme de milho / Arroz / Salada de alface e tomate Laranja	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate Maçã	Ensopado de carne com macarrão, batata, cenoura e brócolis Poncã			
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				
	430,97Kcal	68g 63%	13g 11%	13g 26%	145,21	85,58	152,31	1,89



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

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

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

ABRIL/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MANHÃ - 7:50 TARDE - 12:40	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito água e sal	Leite batido com banana e maçã / Pão com manteiga	Leite batido com banana e aveia / Bolo de cenoura	Suco de laranja / Biscoito maisena	Suco de polpa / Bolo de mandioca
ALMOÇO MANHÃ - 10:00 TARDE - 14:40	Baião de três (arroz, feijão e carne moída) Banana	Frango em cubos refogado com tomate e cenoura / Arroz / Feijão Poncã	Farofa de ovos com carne moída e couve / Creme de milho / Arroz / Salada de alface e tomate Laranja	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate Maçã	Ensopado de carne com macarrão, batata, cenoura e brócolis Poncã
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
		440,84 Kcal	69g	13g	13g
			63%	12%	25%



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.

CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA I – KEVILYN CASSIANO ULRICH

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE, TOMATE, AMENDOIM, MILHO, FEIJÃO.

ABRIL/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MANHÃ 7:50	Leite (zero lactose) batido com polpa de fruta / Biscoito rosquinha vegano	Leite (zero lactose) batido com banana e maçã / Pão integral vegano com geleia de laranja	Leite (zero lactose) batido com banana e aveia / Bolo de cenoura*	Suco de laranja / Biscoito rosquinha vegano	Suco de polpa / Bolo simples (feito com leite zero lactose)*
ALMOÇO 10:00	Baião de três (arroz, ervilha e carne moída) Banana	Frango em cubos refogado com grão-de-bico e cenoura / Arroz / Poncã	Farofa de ovos com carne moída e couve / Ervilha / Arroz / Salada de alface Laranja	Carne de panela com mandioca / Arroz / Grão-de-bico / Salada de repolho e cenoura Maçã	Ensopado de carne com macarrão, batata, cenoura e brócolis Poncã

ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

- **NÃO PODE CONSUMIR LEITE COM LACTOSE.** 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 aluno 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.** Substituir o feijão por outros tipos de leguminosas como: soja, grão-de-bico, ervilha, lentilha, vagem;
- Molho ferrugem (feito com o próprio caldo da carne ou frango);
- **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)

ABRIL/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MANHÃ 08:40 TARDE 13:50	Baião de três (arroz, feijão e carne moída)	Frango em cubos refogado com tomate e cenoura / Arroz / Feijão	Farofa de ovos com carne moída e couve / Creme de milho / Arroz / Salada de alface e tomate Maçã	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate Poncã	Ensopado de carne com macarrão, batata, cenoura e brócolis Laranja
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)		PTN (g)	
		55% a 65% do VET		10% a 15% do VET	
		60g		14g	
		65%		16%	
	362,41 Kcal			LPD (g) 15% a 30% do VET 8g 19%	



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 LUIZ DE ALBUQUERQUE POLO

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (6 – 10 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

ABRIL/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE 14:00	Baião de três (arroz, feijão e carne moída)	Frango em cubos refogado com tomate e cenoura / Arroz / Feijão	Farofa de ovos com carne moída e couve / Creme de milho / Arroz / Salada de alface e tomate Maçã	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate Poncã	Ensopado de carne com macarrão, batata, cenoura e brócolis Laranja
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 362,41 Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		60g	14g	8g	
		65%	16%	19%	



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)

ABRIL/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito água e sal	Leite batido com maçã / Pão com geleia	Leite batido com aveia / Bolo de cenoura	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito maisena	logurte / Bolo de mandioca
ALMOÇO 11:30	Baião de três (arroz, feijão e carne moída) / Salada de repolho, cenoura e tomate	Frango em cubos refogado com tomate e cenoura / Arroz / Feijão Maçã	Farofa de ovos com carne moída e couve / Creme de milho / Arroz / Salada de alface com tomate Poncã	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de repolho com tomate Poncã	Ensopado de carne com macarrão, batata, cenoura e brócolis Laranja
LANCHE DA TARDE 14:10	Chá mate / Pão de forma com queijo	Suco de polpa / Torta de carne com legumes	Suco de polpa / Biscoito água e sal	Chá mate / Bolo de laranja	Suco de polpa / Pão caseiro com manteiga
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	
		138g	31g	30g	
		58%	13%	29%	



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)

ABRIL/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito água e sal	Leite batido com maçã / Pão com geleia	Leite batido com aveia / Bolo de cenoura	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito maisena	logurte / Bolo de mandioca
ALMOÇO 11:30	Baião de três (arroz, feijão e carne moída) / Salada de repolho, cenoura e tomate	Frango em cubos refogado com tomate e cenoura / Arroz / Feijão Maçã	Farofa de ovos com carne moída e couve / Creme de milho / Arroz / Salada de alface com tomate Poncã	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de repolho com tomate Poncã	Ensopado de carne com macarrão, batata, cenoura e brócolis Laranja
LANCHE DA TARDE 14:10	Chá mate / Pão de forma com queijo	Suco de polpa / Torta de carne com legumes	Suco de polpa / Biscoito água e sal	Chá mate / Bolo de laranja	Suco de polpa / Pão caseiro com manteiga
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
		1160,55 Kcal	174g	40g	34g
			60%	14%	26%



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.