

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)

FEVEREIRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE MANHÃ 7:30 TARDE 13:00	Leite puro / Banana	Leite puro / Maçã	Leite puro / Banana	Leite puro / Maçã	Leite puro / Banana			
ALMOÇO 09:40 JANTAR 15:10	Macarrão com carne moída / Feijão Laranja	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão Banana	Carne moída com grão-de-bico, cenoura e tomate / Arroz / Salada de alface Maçã	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Abobrinha refogada Laranja	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate e abobrinha 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				
		316,26 Kcal	45g	11g				
		56%	13%	31%	113,92	19,01	196,30	1,46



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)

FEVEREIRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE MANHÃ 7:40	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito maisena	Leite batido com banana e maçã / Pão caseiro com manteiga	Leite batido com banana / Bolo de cenoura	Leite batido com maçã / Biscoito rosquinha	Leite batido com banana e maçã / Bolo de fubá			
TARDE 13:10								
ALMOÇO 09:50	Macarrão com carne moída / Feijão	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão	Carne moída com grão-de-bico, cenoura e tomate / Arroz / Salada de alface	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Abobrinha refogada	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate e abobrinha			
JANTAR 15:20								
	Laranja	Banana	Maçã	Laranja	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				
		429,65 Kcal	61g	13g				
		57%	12%	32%	170,83	50,31	209,69	1,88



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)*

FEVEREIRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MANHÃ 7:50 TARDE 13:20	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito maisena	Leite batido com banana e maçã / Pão caseiro com manteiga	Leite batido com banana / Bolo de cenoura	Leite batido com maçã / Biscoito rosquinha	Leite batido com banana e maçã / Bolo de fubá
ALMOÇO 10:00 JANTAR 15:30	Macarrão com carne moída / Feijão Laranja	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão Banana	Carne moída com grão-de-bico, cenoura e tomate / Arroz / Salada de alface Maçã	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Abobrinha refogada Laranja	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate e abobrinha 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
		453,96 kcal	66g	14g	15g
			58%	12%	30%



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, TOMATE, AMENDOIM, MILHO E FEIJÃO

FEVEREIRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MANHÃ 7:50	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito maisena	Leite batido com banana e maçã / Pão caseiro com geleia	Leite batido com banana / Bolo de cenoura	Leite batido com maçã / Biscoito rosquinha	Leite batido com banana e maçã / Bolo de fubá
ALMOÇO 10:00	Macarrão com carne moída Laranja	Estrogonofe de frango ao molho ferrugem / Arroz / Ervilha Banana	Carne moída com grão-de-bico e cenoura / Arroz / Salada de alface Maçã	Carne de panela com mandioca / Arroz / Abobrinha refogada com ervilha Laranja	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura e abobrinha Maçã

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

FEVEREIRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito maisena	Leite batido com banana e maçã / Pão caseiro com manteiga	Leite batido com banana / Bolo de cenoura	Leite batido com maçã / Biscoito rosquinha	Leite batido com banana e maçã / Bolo de fubá
ALMOÇO 11:30	Macarrão com carne moída / Feijão Laranja	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão Banana	Carne moída com grão-de-bico, cenoura e tomate / Arroz / Salada de alface Maçã	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Abobrinha refogada Laranja	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate e abobrinha Maçã
LANCHE DA TARDE 14:10	Chá mate / Pão caseiro com manteiga	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Chá mate / Bolo de fubá	Suco de polpa / Torta de carne com legumes	Leite batido com polpa de fruta / Pão caseiro com geleia
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	
		137g	31g	30g	
		59%	13%	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)*

FEVEREIRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito maisena	Leite batido com banana e maçã / Pão caseiro com manteiga	Leite batido com banana / Bolo de cenoura	Leite batido com maçã / Biscoito rosquinha	Leite batido com banana e maçã / Bolo de fubá
ALMOÇO 11:30	Macarrão com carne moída / Feijão Laranja	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão Banana	Carne moída com grão-de-bico, cenoura e tomate / Arroz / Salada de alface Maçã	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Abobrinha refogada Laranja	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate e abobrinha Maçã
LANCHE DA TARDE 14:10	Chá mate / Pão caseiro com manteiga	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Chá mate / Bolo de fubá	Suco de polpa / Torta de carne com legumes	Leite batido com polpa de fruta / Pão caseiro com geleia
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
			166g	40g	35g
			59%	14%	27%



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)*

FEVEREIRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MANHÃ 08:40 TARDE 13:50	Macarrão com carne moída / Feijão	Estrogonofe de frango / Arroz	Carne moída com grão-de-bico, cenoura e tomate / Arroz / Salada de alface Maçã	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Abobrinha refogada Banana	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate e abobrinha Maçã
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 338,25 Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		55g	13g	8g	
		64%	15%	21%	



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)*

FEVEREIRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE 14:00	Macarrão com almôndegas / Feijão	Estrogonofe de frango / Arroz	Carne moída com grão-de-bico, cenoura e tomate / Arroz / Salada de alface Maçã	Carne de panela com mandioca / Arroz / Feijão / Abobrinha refogada Banana	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate e abobrinha Maçã
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 338,25 Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		55g	13g	8g	
		64%	15%	21%	



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.