

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)*

AGOSTO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA			5ª FEIRA	6ª FEIRA	
LANCHE MATUTINO - 7:30 VESPERTINO - 14:20	Leite	Leite	Leite			Leite	Leite	
ALMOÇO MATUTINO - 09:40 VESPERTINO - 12:30	Macarrão com carne bovina	Frango ao molho vermelho / Polenta / Arroz	Arroz com frango desfiado / / Feijão / Salada de alface Banana			Farofa de ovos com cenoura / Arroz / Salada de beterraba Mamão	Arroz carreteiro com vagem / Feijão / Salada de repolho e tomate 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				
	207,82 Kcal	29g 55%	9g 16%	6g 29%	75,80	10,23	128,38	1,09



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

CARDÁPIO – CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (1 A 3 ANOS)

PERÍODO PARCIAL

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

AGOSTO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE MATUTINO - 7:40 VESPERTINO - 14:30	Leite com aveia / Biscoito maisena	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Leite com aveia / Pão com manteiga	Leite com aveia / Pão com alface e tomate	Leite com aveia / Bolo simples			
ALMOÇO MATUTINO - 09:50 VESPERTINO - 12:40	Macarrão com carne bovina	Frango ao molho vermelho / Polenta / Arroz	Arroz com frango desfiado / / Feijão / Salada de alface Banana	Farofa de ovos com cenoura / Arroz / Salada de beterraba Mamão	Arroz carreteiro com vagem / Feijão / Salada de repolho e tomate 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				
	359,35 Kcal	51 g 57 %	13 g 14 %	12 g 29 %	98,31	12,02	116,15	2,13



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)*

AGOSTO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO - 7:50 VESPERTINO - 14:40	Leite com aveia / Biscoito maisena	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Leite com aveia / Pão com manteiga	Leite com aveia / Pão com alface e tomate	Leite com aveia / Bolo simples
ALMOÇO MATUTINO - 10:00 VESPERTINO - 12:50	Macarrão com carne bovina	Frango ao molho vermelho / Polenta / Arroz	Arroz com frango desfiado / / Feijão / Salada de alface Banana	Farofa de ovos com cenoura / Arroz / Salada de beterraba Mamão	Arroz carreteiro com vagem / Feijão / Salada de repolho e tomate 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
		474,59 Kcal	73g	15g	14g
			61%	12%	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

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, FEIJÃO BRANCO E VERMELHO.

AGOSTO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO 7:50	Leite zero lactose com aveia / Biscoito vegano	Suco de polpa / Biscoito vegano	Leite zero lactose com aveia / Pão* com geleia	Leite de soja / Pão* com alface	Leite zero lactose com aveia / Bolo simples
ALMOÇO MATUTINO 10:00	Macarrão com carne bovina	Frango ao molho ferrugem / ervilha cozida / Arroz	Arroz com frango desfiado / / Feijão preto/ Salada de alface Banana	Farofa de ovos com cenoura / Arroz / Salada de beterraba Mamão	Arroz carreteiro com vagem / Feijão preto/ Salada de repolho e cenoura 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, pães 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);

→ **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 (apresenta intolerância ao leite zero lactose)

AGOSTO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE VESPERTINO - 14:40	Chá / Biscoito vegano	Suco de polpa / Biscoito vegano	Chá / Pão* com geleia	Suco de polpa / Pão* com alface e tomate	Suco de polpa / Bolo* simples
ALMOÇO VESPERTINO - 12:50	Macarrão com carne bovina	Frango ao molho vermelho / Polenta* / Arroz	Arroz com frango desfiado / / Feijão / Salada de alface Banana	Farofa de ovos com cenoura / Arroz / Salada de beterraba Mamão	Arroz carreteiro com vagem / Feijão / Salada de repolho e tomate Maçã

ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

→ **NÃO PODE** consumir leite de vaca, queijos, manteiga, requeijão 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;

→ **APRESENTA INTOLERÂNCIA AO LEITE ZERO LACTOSE;**

→ NUNCA utilizar margarina para produção de refeições, bolos, tortas e pães do aluno, pois contém LACTOSE;

→ *No preparo de bolos, pães 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);

→ **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)*

AGOSTO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO 08:40	Macarrão com carne bovina	Frango ao molho vermelho / Polenta / Arroz	Arroz com frango desfiado / Feijão / Salada de alface	Farofa de ovos com cenoura / Arroz / Salada de beterraba	Arroz carreteiro com vagem / Feijão / Salada de repolho e tomate
VESPERTINO 13:50					
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal) 337,93Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			56g	12g	7g
			65%	15%	20%



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.

AGOSTO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE VESPERTINO 13:50	Macarrão com carne bovina	Frango ao molho vermelho / Polenta* / Arroz	Arroz com frango desfiado / Feijão / Salada de alface Banana	Farofa de ovos com cenoura / Arroz / Salada de beterraba Mamão	Arroz carreteiro com vagem / Feijão / Salada de repolho e tomate 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 alergia 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 LUIZ DE ALBUQUERQUE POLO

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (6 – 10 anos)

PERÍODO PARCIAL

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

AGOSTO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE 14:00	Macarrão com carne bovina	Frango ao molho vermelho / Polenta / Arroz	Arroz com frango desfiado / Feijão / Salada de alface Banana	Farofa de ovos com cenoura / Arroz / Salada de beterraba Mamão	Arroz carreteiro com vagem / Feijão / Salada de repolho e tomate Maçã
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 337,93Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		56g	12g	7g	
		65%	15%	20%	



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)

AGOSTO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Chá mate / Biscoito doce	Leite com aveia / Biscoito doce	Leite com aveia / Pão com manteiga	Suco de polpa / Pão com alface e tomate	Leite com aveia / Bolo simples
ALMOÇO 11:30	Macarrão com carne bovina	Frango ao molho vermelho / Polenta / Arroz / Laranja	Arroz com frango desfiado / Feijão / Salada de alface Banana	Farofa de ovos com cenoura / Arroz / Salada de beterraba Mamão	Arroz carreteiro com vagem / Feijão / Salada de repolho e tomate Maçã
LANCHE DA TARDE 14:10	Chá mate / Biscoito salgado	Suco de polpa / Bolo simples	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Suco de polpa / Pão com carne moída	Leite com aveia / Bolo de cenoura
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	
		143g	35g	26g	
		61%	15%	24%	



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 DIONÍSIO ANTÔNIO VIEIRA

CARDÁPIO – ENSINO FUNDAMENTAL I

QUILOMBOLA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA (6 – 10 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

AGOSTO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Chá mate / Biscoito doce	Leite com aveia / Biscoito doce	Leite com aveia / Pão com manteiga	Suco de polpa / Pão com alface e tomate	Leite com aveia / Bolo simples
ALMOÇO 11:30	Macarrão com carne bovina	Frango ao molho vermelho / Polenta / Arroz / Laranja	Arroz com frango desfiado / Feijão / Salada de alface Banana	Farofa de ovos com cenoura / Arroz / Salada de beterraba Mamão	Arroz carreteiro com vagem / Feijão / Salada de repolho e tomate Maçã
LANCHE DA TARDE 14:10	Chá mate / Biscoito salgado	Suco de polpa / Bolo simples	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Suco de polpa / Pão com carne moída	Leite com aveia / Bolo de cenoura
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
		1135,14Kcal	176g	39g	30g
			63%	13%	24%



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.