

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)*

MARÇO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE MANHÃ - 7:30 TARDE - 12:20	Leite com aveia	Leite com aveia	Leite com aveia	Leite com aveia	Leite com aveia			
ALMOÇO MANHÃ - 09:40 TARDE - 14:20	Macarrão com frango e ervilhas Laranja	Carne moída ao molho sugo / polenta / Arroz Banana	Farofa de grão-de-bico, cenoura e banana da terra / Arroz / Salada de alface Melão	Carne cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate Mamão	Risoto de frango com brócolis / Feijão / Batata doce cozida Laranja			
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				
	314,08Kcal	42g 53%	11g 14%	12g 34%	208,75	31,60	200,08	1,54



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)

MARÇO/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 maisena	Suco de laranja / Pão francês com carne moída	Leite batido com mamão / Bolo simples	Suco de melão / Pão caseiro com queijo	Leite batido com banana e aveia / Bolo de fubá			
ALMOÇO MANHÃ - 09:50 TARDE - 14:30	Macarrão com frango e ervilhas Laranja	Carne moída ao molho sugo / polenta / Arroz Banana	Farofa de grão-de-bico, cenoura e banana da terra / Arroz / Salada de alface Melão	Carne cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate Mamão	Risoto de frango com brócolis / Feijão / Batata doce cozida Laranja			
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				
		404,63 Kcal	60g	13g				
		59%	12%	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

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)*

MARÇO/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 maisena	Suco de laranja / Pão francês com carne moída	Leite batido com mamão / Bolo simples	Suco de melão / Pão caseiro com queijo	Leite batido com banana e aveia / Bolo de fubá
ALMOÇO MANHÃ - 10:00 TARDE - 14:40	Macarrão com frango e ervilhas Laranja	Carne moída ao molho sugo / polenta / Arroz Banana	Farofa de grão-de-bico, cenoura e banana da terra / Arroz / Salada de alface Melão	Carne cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate Mamão	Risoto de frango com brócolis / Feijão / Batata doce cozida Laranja
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 429,23 Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		65g	14g	14g	
		60%	12%	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.

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

MARÇO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MANHÃ 7:50	Leite zero lactose batido com polpa de fruta / Biscoito água e sal	Suco de laranja / Pão com carne moída	Leite zero lactose batido com mamão / Bolo simples	Suco de melão / Pão com geléia (sem corante vermelho)	Leite zero lactose batido com banana e aveia / Bolo de simples (feito com leite zero lactose)
ALMOÇO 10:00	Macarrão com frango e ervilhas Laranja	Carne moída ao molho ferrugem / Arroz Banana	Farofa de grão-de-bico, cenoura e banana da terra / Arroz / Salada de alface Melão	Carne cozida com batata e grão-de-bico / Arroz / Salada de repolho e cenoura Mamão	Risoto de frango com brócolis e ervilha / Batata doce cozida Laranja

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 BISCOITOS** que contenham **AMIDO DE MILHO, nem FUBÁ.**
- 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
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)*

MARÇO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA		
LANCHE MANHÃ 08:40	Macarrão com frango e ervilhas	Carne moída ao molho sugo / polenta / Arroz	Farofa de grão-de-bico, cenoura e banana da terra / Arroz / Salada de alface	Carne cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate	Risoto de frango com brócolis / Feijão / Batata doce cozida		
TARDE 13:50						Melão	Mamão
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
					62g	14g	8g
					65%	15%	21%
	374,61 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
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)

MARÇO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE 14:00	Macarrão com frango e ervilhas	Carne moída ao molho sugo / polenta / Arroz	Farofa de grão-de-bico, cenoura e banana da terra / Arroz / Salada de alface Melão	Carne cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate Mamão	Risoto de frango com brócolis / Feijão / Batata doce cozida Laranja
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 374,61 Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		62g	14g	8g	
		65%	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 DIONÍZIO ANTÔNIO VIEIRA

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA

QUILOMBOLA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

MARÇO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito maisena	Suco de laranja / Pão francês com carne moída	Leite batido com mamão / Bolo simples	Suco de melão / Pão caseiro com queijo	Leite batido com banana e aveia / Bolo de fubá
ALMOÇO 11:30	Macarrão com frango e ervilhas Laranja	Carne moída ao molho sugo / polenta / Arroz Banana	Farofa de grão-de-bico, cenoura e banana da terra / Arroz / Salada de alface Melão	Carne cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate Mamão	Risoto de frango com brócolis / Feijão / Batata doce cozida Laranja
LANCHE DA TARDE 14:10	Chá mate / Pão de forma com presunto e muçarela	Suco de polpa / Torta de carne com legumes	Chá mate / Bolo de banana com aveia	Suco de laranja / Torta de frango	Suco de melão / Pão de forma com alface e tomate
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	
		133g	32g	24g	
		61%	14%	25%	
	875,92 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

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)

MARÇO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito maisena	Suco de laranja / Pão francês com carne moída	Leite batido com mamão / Bolo simples	Suco de melão / Pão caseiro com queijo	Leite batido com banana e aveia / Bolo de fubá
ALMOÇO 11:30	Macarrão com frango e ervilhas Laranja	Carne moída ao molho sugo / polenta / Arroz Banana	Farofa de grão-de-bico, cenoura e banana da terra / Arroz / Salada de alface Melão	Carne cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho e tomate Mamão	Risoto de frango com brócolis / Feijão / Batata doce cozida Laranja
LANCHE DA TARDE 14:10	Chá mate / Pão de forma com presunto e muçarela	Suco de polpa / Torta de carne com legumes	Chá mate / Bolo de banana com aveia	Suco de laranja / Torta de frango	Suco de melão / Pão de forma com alface e tomate
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
			159g	39g	28g
			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.