

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)

JULHO/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	Estrogonofe de frango / Arroz	Arroz colorido com frango (milho verde, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Feijão	Guisado de carne bovina com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de alface com tomate Maçã	Arroz com carne moída / Feijão preto / Vinagrete Melancia	Ensopado (frango, macarrão, abóbora, batata, cenoura e tomate) Banana			
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				
		296,78 Kcal	39g	11g				
		53%	15%	32%				



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)

JULHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA			5ª FEIRA		6ª FEIRA	
LANCHE MATUTINO - 7:40 VESPERTINO - 14:30	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito salgado	Leite batido com banana e maçã / Bolo simples	Leite batido polpa de fruta / Bolo de cenoura			Leite com cacau / Bolo de banana com aveia e uva-passa		Leite batido com banana e aveia / Bolo de fubá	
ALMOÇO MATUTINO - 09:50 VESPERTINO - 12:40	Estrogonofe de frango / Arroz	Arroz colorido com frango (milho verde, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Feijão	Guisado de carne bovina com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de alface com tomate Maçã			Arroz com carne moída / Feijão preto / Vinagrete Melancia		Ensopado (frango, macarrão, abóbora, batata, cenoura e tomate) Banana	
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					
		490,81 Kcal	71g	16g	17g				
		57%	12%	31%					



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)*

JULHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO - 7:50 VESPERTINO - 14:40	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito salgado	Leite batido com banana e maçã / Bolo simples	Leite batido polpa de fruta / Bolo de cenoura	Leite com cacau / Bolo de banana com aveia e uva-passa	Leite batido com banana e aveia / Bolo de fubá
ALMOÇO MATUTINO - 10:00 VESPERTINO - 12:50	Estrogonofe de Frango / Arroz	Arroz colorido com frango (milho verde, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Feijão	Guisado de carne bovina com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de alface com tomate Maçã	Arroz com carne moída / Feijão preto / Vinagrete Melancia	Ensopado (frango, macarrão, abóbora, batata, cenoura e tomate) Banana
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
		508,82Kcal	74g	17g	17g
			57%	13%	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, FEIJÃO BRANCO E VERMELHO.

JULHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO 7:50	Leite de soja / Biscoito vegano	Chá / Bolo simples	Suco de polpa de fruta / Bolo de cenoura	Leite de soja / Bolo simples	Leite de soja / Biscoito vegano
ALMOÇO MATUTINO 10:00	Estrogonofe de frango ao molho ferrugem / Arroz	Arroz colorido com frango (cenoura, ervilha e cheiro- verde) / Feijão preto	Guisado de carne bovina com mandioca / Arroz / Feijão preto / Salada de alface Maçã	Arroz com carne moída / Feijão preto / Salada de cenoura Melancia	Ensofado (frango, macarrão, abóbora, batata, cenoura) Banana

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);

→ **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)

JULHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE VESPERTINO - 14:40	Suco de polpa de fruta / Biscoito zero lactose	Chá / Bolo simples	Suco de polpa de fruta / Bolo de cenoura	Suco de polpa de fruta / Bolo simples	Chá / Biscoito zero lactose
ALMOÇO VESPERTINO - 12:50	Estrogonofe de frango ao molho ferrugem / Arroz	Arroz colorido com frango (milho verde, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Feijão	Guisado de carne bovina com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de alface com tomate Maçã	Arroz com carne moída / Feijão preto / Vinagrete Melancia	Ensopado (frango, macarrão, abóbora, batata, cenoura e tomate) Banana

***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 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)*

JULHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO 08:40 VESPERTINO 13:50	Estrogonofe de carne bovina / Arroz	Arroz colorido com frango (milho verde, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Feijão	Guisado de carne bovina com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de alface com tomate Maçã	Arroz / Feijão preto com charque / Vinagrete Melancia	Ensopado (frango, macarrão, abóbora, batata, cenoura e tomate) Banana
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 360,36 Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		57g	15g	9g	
		62%	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.

JULHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE VESPERTINO 13:50	Estrogonofe de carne ao molho ferrugem / Arroz	Arroz colorido com frango (milho verde, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Feijão	Guisado de carne bovina com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de alface com tomate Maçã	Arroz / Feijão preto com charque / Vinagrete Melancia	Ensopado (frango, macarrão, abóbora, batata, cenoura e tomate) Banana

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).



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)*

JULHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE 14:00	Estrogonofe de carne bovina / Arroz	Arroz colorido com frango (milho verde, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Feijão	Guisado de carne bovina com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de alface com tomate Maçã	Arroz / Feijão preto com charque / Vinagrete Melancia	Ensopado (frango, macarrão, abóbora, batata, cenoura e tomate) Banana
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
		360,36 Kcal	57g	15g	9g
			62%	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

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)

JULHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito salgado	Leite batido com banana e maçã / Pão com queijo	logurte / Bolo de cenoura	Leite com cacau / Bolo de banana com aveia e uva-passa	Leite batido com banana e aveia / Bolo de fubá
ALMOÇO 11:30	Estrogonofe de carne bovina / Arroz	Arroz colorido com frango (milho verde, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Feijão	Guisado de carne bovina com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de alface com tomate Maçã	Arroz / Feijão preto com charque / Vinagrete Melancia	Ensopado (frango, macarrão, abóbora, batata, cenoura e tomate) Banana
LANCHE DA TARDE 14:10	Chá mate / Bolo de fubá	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Chá mate / Bolo simples	Suco de polpa / Torta de carne com legumes	Arroz doce / Biscoito salgado
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	968,26 Kcal	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			136g	34g	33g
			56%	14%	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

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)

JULHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito salgado	Leite batido com banana e maçã / Pão com queijo	iogurte / Bolo de cenoura	Leite com cacau / Bolo de banana com aveia e uva-passa	Leite batido com banana e aveia / Bolo de fubá
ALMOÇO 11:30	Estrogonofe de carne bovina / Arroz	Arroz colorido com frango (milho verde, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Feijão	Guisado de carne bovina com mandioca / Arroz / Feijão / Salada de alface com tomate Maçã	Arroz / Feijão preto com charque / Vinagrete Melancia	Ensopado (frango, macarrão, abóbora, batata, cenoura e tomate) Banana
LANCHE DA TARDE 14:10	Chá mate / Bolo de fubá	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Chá mate / Bolo simples	Suco de polpa / Torta de carne com legumes	Arroz doce / 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
		1083 Kcal	164g	42g	30g
			60%	15%	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.