

**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)*

**JUNHO/2023**

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
<b>LANCHE</b> MATUTINO - 7:30 VESPERTINO - 14:20	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
<b>ALMOÇO</b> MATUTINO - 09:40 VESPERTINO - 12:30	Arroz carreteiro com vagem / Feijão	Macarrão a bolonhesa / Feijão /  Maçã	Farofa de carne moída com banana da terra/ Arroz / Feijão / Salada de chuchu  Uva	Carne cozida com batata, couve-flor e tomate / Arroz / Feijão  Pera	Frango cozido com quiabo / Arroz / Feijão preto / Salada de alface  Banana			
<b>Composição Nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>				
	303,37 Kcal	41g 54%	11g 15%	11g 31%	96,09	6,56	194,57	1,58



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)

JUNHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA			5ª FEIRA	6ª FEIRA	
<b>LANCHE</b> MATUTINO - 7:40 VESPERTINO - 14:30	Leite batido com cereal de arroz / Biscoito salgado	Leite com aveia e cacau / Bolo de banana com aveia e uva-passa	Leite batido com polpa de fruta / Chipa			Leite batido com cereal de arroz / Bolo de milho	Leite com aveia e cacau / Torrada com patê de frango	
<b>ALMOÇO</b> MATUTINO - 09:50 VESPERTINO - 12:40	Arroz carreteiro com vagem / Feijão	Macarrão a bolonhesa / Feijão / Maçã	Farofa de carne moída com banana / Arroz / Feijão / Salada de chuchu Uva			Carne cozida com batata, couve-flor e tomate / Arroz / Feijão Pera	Frango cozido com quiabo / Arroz / Feijão preto / Salada de alface Banana	
<b>Composição Nutricional</b> (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				
		503,98 Kcal	72g	17g				
		56%	13%	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)

## JUNHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> MATUTINO - 7:50 VESPERTINO - 14:40	Leite batido com cereal de arroz / Biscoito salgado	Leite com aveia e cacau / Bolo de banana com aveia e uva-passa	Leite batido com polpa de fruta / Chipa	Leite batido com cereal de arroz / Bolo de milho	Leite com aveia e cacau / Torrada com patê de frango
<b>ALMOÇO</b> MATUTINO - 10:00 VESPERTINO - 12:50	Arroz carreteiro com vagem / Feijão	Macarrão a bolonhesa / Feijão /  Maçã	Farofa de carne moída com banana / Arroz / Feijão / Salada de chuchu  Uva	Carne cozida com batata, couve-flor e tomate / Arroz / Feijão  Pera	Frango cozido com quiabo / Arroz / Feijão preto / Salada de alface  Banana
<b>Composição Nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>  540,59 Kcal	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>	
		80g	18g	18g	
		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

## 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.

## JUNHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> MATUTINO 7:50	Leite de soja / <b>Biscoito vegano</b>	Leite ( <b>zero lactose</b> ) batido com aveia e cacau / Bolo de banana com aveia e uva-passa*	Leite ( <b>zero lactose</b> ) batido com polpa de fruta / <b>Biscoito vegano</b>	Leite de soja / Bolo <b>simples*</b>	Leite de soja / Torrada de <b>pão integral</b> <b>vegano com geleia</b>
<b>ALMOÇO</b> MATUTINO 10:00	Arroz carreteiro com vagem / Feijão <b>preto</b>	Macarrão <b>com carne moída</b> / Feijão <b>preto</b>  Maçã	Farofa de carne moída com banana / Arroz / Feijão <b>preto</b> / Salada de chuchu  Uva	Carne cozida com batata e couve-flor / Arroz / Feijão <b>preto</b>  Pera	Frango cozido com quiabo / Arroz / Feijão preto / Salada de alface  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.

## JUNHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> VESPERTINO - 14:40	Leite (zero lactose) com cacau / Biscoito salgado (zero lactose)	Leite (zero lactose) batido com aveia e cacau / Bolo de banana com aveia e uva-passa*	Leite (zero lactose) batido com polpa de fruta / <b>Biscoito vegano</b>	Leite (zero lactose) batido batido com aveia e cacau / Bolo <b>simples*</b>	Leite (zero lactose) com cacau / Torrada de <b>pão integral vegano com geleia</b>
<b>ALMOÇO</b> VESPERTINO - 12:50	Arroz carreteiro com vagem / Feijão	Macarrão a bolonhesa / Feijão / Maçã	Farofa de carne moída com banana / Arroz / Feijão / Salada de chuchu  Uva	<b>Carne cozida com batata, couve-flor e tomate</b> / Arroz / Feijão  Pera	Frango cozido com quiabo / Arroz / Feijão preto / Salada de alface  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;

→ \*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 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;

→ 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)

JUNHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> MATUTINO 08:40	Arroz carreteiro com vagem / Feijão	Macarrão a bolonhesa / Feijão	Farofa de carne moída com banana / Arroz / Feijão / Salada de chuchu	Isca acebolada / Arroz / Feijão / Inhamo cozido / Salada de couve com tomate	Frango cozido com quiabo / Arroz / Feijão preto / Salada de alface
VESPERTINO 13:50					
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>		<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			65g	16g	9g
			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.

## JUNHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> VESPERTINO 13:50	Arroz carreteiro com vagem / Feijão	Macarrão a bolonhesa / Feijão	Farofa de carne moída com banana / Arroz / Feijão / Salada de chuchu  Uva	Isca acebolada / Arroz / Feijão / Inhame cozido / Salada de couve com tomate  Pera	Frango cozido com quiabo / Arroz / Feijão preto / Salada de alface  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.



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)*

JUNHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> 14:00	Arroz carreteiro com vagem / Feijão	Macarrão a bolonhesa / Feijão	Farofa de carne moída com banana / Arroz / Feijão / Salada de chuchu  Uva	Isca acebolada / Arroz / Feijão / Inhame cozido / Salada de couve com tomate  Pera	Frango cozido com quiabo / Arroz / Feijão preto / Salada de alface  Banana
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)		<b>Energia</b> (Kcal)  397,91 Kcal	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			65g	16g	9g
			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)

## JUNHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 9:00	Chá mate / Biscoito salgado	Leite batido com cereal de arroz / Biscoito doce	Leite com aveia e cacau / Chipa	Leite batido com polpa de fruta / Bolo de banana com aveia e uva- passa	Leite batido com cereal de arroz / Torrada com geleia
<b>ALMOÇO</b> 11:30	Arroz carreteiro com vagem / Feijão	Macarrão a bolonhesa / Feijão Maçã	Farofa de carne moída com banana / Arroz / Feijão / Salada de chuchu Uva	Isca acebolada / Arroz / Feijão / Inhame cozido / Salada de couve com tomate Pera	Frango cozido com quiabo / Arroz / Feijão preto / Salada de alface Banana
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14:10	Chá mate gelado / Bolo de milho	Suco de polpa / Torta de banana	Suco de laranja / Pão com Alface e tomate	Salada de frutas / Biscoito salgado	Suco de polpa/ Torrada com patê de frango
<b>Composição Nutricional</b> (Média semanal)		<b>Energia</b> (Kcal)	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		1029,67 Kcal	155g	33g	32g
			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.

## 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)

## JUNHO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 9:00	Chá mate / Biscoito salgado	Leite batido com cereal de arroz / Biscoito doce	Leite com aveia e cacau / Chipa	Leite batido com polpa de fruta / Bolo de banana com aveia e uva- passa	Leite batido com cereal de arroz / Torrada com geleia
<b>ALMOÇO</b> 11:30	Arroz carreteiro com vagem / Feijão	Macarrão a bolonhesa / Feijão Maçã	Farofa de carne moída com banana / Arroz / Feijão / Salada de chuchu Uva	Isca acebolada / Arroz / Feijão / Inhame cozido / Salada de couve com tomate Pera	Frango cozido com quiabo / Arroz / Feijão preto / Salada de alface Banana
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14:10	Chá mate gelado / Bolo de milho	Suco de polpa / Torta de banana	Suco de laranja / Pão com Alface e tomate	Salada de frutas / Biscoito salgado	Suco de polpa/ Torrada com patê de frango
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>		<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		1173,93 Kcal	188g	41g	30g
			64%	14%	23%



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.