

**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)*

**SETEMBRO/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	Macarrão ao molho de carne moída / Feijão	Risoto de frango (arroz, frango, vagem, cenoura e cheiro-verde) / Feijão  Abacaxi	Ensopado de legumes com carne e macarrão (batata, cenoura e repolho)  Banana prata	Isclas de frango com abobrinha refogada / Arroz / Feijão / Vinagrete  Melão	Carne bovina cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho com beterraba  Tangerina			
<b>Composição Nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	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				
	325,51 Kcal	43g 53%	13g 16%	11g 31%	168,00	17,85	198,77	1,69



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)

## SETEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
<b>LANCHE</b> MATUTINO - 7:40 VESPERTINO - 14:30	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito salgado	Leite batido com banana / Pão de queijo	Leite batido polpa de fruta / Bolo de cenoura	Leite com cacau / Bolo de banana com aveia e uva-passa	Salada de frutas (abacaxi, banana, melão) / Biscoito salgado			
<b>ALMOÇO</b> MATUTINO - 09:50 VESPERTINO - 12:40	Macarrão ao molho de carne moída / Feijão	Risoto de frango (arroz, frango, vagem, cenoura e cheiro- verde) / Feijão  Abacaxi	Ensopado de legumes com carne e macarrão (batata, cenoura e repolho)  Banana prata	Isclas de frango com abobrinha refogada / Arroz / Feijão / Vinagrete  Melão	Carne bovina cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho com beterraba  Tangerina			
<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>
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET				
		462,26 Kcal	66g	15g				
		58%	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)*

## SETEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> MATUTINO - 7:50 VESPERTINO - 14:40	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito salgado	Leite batido com banana / Pão de queijo	Leite batido polpa de fruta / Bolo de cenoura	Leite com cacau / Bolo de banana com aveia e uva-passa	Salada de frutas (abacaxi, banana, melão) / Biscoito salgado
<b>ALMOÇO</b> MATUTINO - 10:00 VESPERTINO - 12:50	Macarrão ao molho de carne moída / Feijão	Risoto de frango (arroz, frango, vagem, cenoura e cheiro-verde) / Feijão  Abacaxi	Ensopado de legumes com carne e macarrão (batata, cenoura e repolho)  Banana prata	Isclas de frango com abobrinha refogada / Arroz / Feijão / Vinagrete  Melão	Carne bovina cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho com beterraba  Tangerina
<b>Composição Nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>		<b>Energia (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
		445,31 Kcal	65g	15g	15g
			58%	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 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.

## SETEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> MATUTINO 7:50	Leite zero lactose com cacau / Biscoito vegano	Leite zero lactose batido com banana e maçã / Biscoito vegano	Leite zero lactose batido polpa de fruta / Bolo de cenoura	Leite com cacau / Bolo de banana com aveia e uva-passa	Salada de frutas (maçã, banana, melão) / Biscoito vegano
<b>ALMOÇO</b> MATUTINO 10:00	Macarrão com carne moída ao molho ferrugem / Feijão preto	Risoto de frango (arroz, frango, vagem, cenoura e cheiro-verde) / Feijão Abacaxi	Ensopado de legumes com carne e macarrão (batata, cenoura e repolho) Banana prata	Isclas de frango com abobrinha refogada / Arroz / Feijão preto / Salada de alface Melão	Carne bovina cozida com batata / Arroz / Feijão preto / Salada de repolho com beterraba Tangerina

**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)

SETEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> VESPERTINO - 14:40	Suco de polpa de fruta / Biscoito zero lactose	Chá / Biscoito vegano	Suco de polpa de fruta / Bolo de cenoura	Chá / Bolo de banana com aveia e uva-passa	Salada de frutas (maçã, banana, melão) / Biscoito zero lactose
<b>ALMOÇO</b> VESPERTINO - 12:50	Macarrão ao molho de carne moída / Feijão	Risoto de frango (arroz, frango, vagem, cenoura e cheiro-verde) / Feijão Abacaxi	Enopado de legumes com carne e macarrão (batata, cenoura e repolho) Banana prata	Iscas de frango com abobrinha refogada / Arroz / Feijão / Vinagrete Melão	Carne bovina cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho com beterraba Tangerina

**\*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)*

## SETEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA		
<b>LANCHE</b> MATUTINO 08:40  VESPERTINO 13:50	Macarrão ao molho de carne moída / Feijão	Risoto de frango (arroz, frango, vagem, cenoura e cheiro-verde) / Feijão	Ensopado de legumes com carne e macarrão (batata, cenoura e repolho)  Banana prata	Isclas de frango com abobrinha refogada / Arroz / Feijão / Vinagrete  Melão	Carne bovina cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho com beterraba  Tangerina		
<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
					57g	15g	9g
					63%	17%	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

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.

SETEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> VESPERTINO 13:50	Macarrão ao molho de carne moída / Feijão	Risoto de frango (arroz, frango, vagem, cenoura e cheiro-verde) / Feijão	Ensopado de legumes com carne e macarrão (batata, cenoura e repolho)  Banana prata	Isclas de frango com abobrinha refogada / Arroz / Feijão / Vinagrete  Melão	Carne bovina cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho com beterraba  Tangerina

**ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES: NÃO NECESSITOU DE ADAPTAÇÕES NO CARDÁPIO DESTE MÊS.**

→ **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)*

## SETEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> 14:00	Macarrão ao molho de carne moída / Feijão	Risoto de frango (arroz, frango, vagem, cenoura e cheiro-verde) / Feijão	Ensopado de legumes com carne e macarrão (batata, cenoura e repolho)  Banana prata	Hanbúrguer caseiro de frango com aveia / abobrinha refogada / Arroz / Feijão / Vinagrete  Melão	Carne bovina cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho com beterraba  Tangerina
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>		<b>Energia (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
		365,14 Kcal	57g	15g	9g
			63%	17%	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)

## SETEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 9:00	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito salgado	Leite com aveia / Pão de queijo	Leite batido com banana e aveia / Bolo de cenoura	Leite batido polpa de fruta / Pão com geleia	Leite batido com banana e aveia / Biscoito doce
<b>ALMOÇO</b> 11:30	Macarrão ao molho de carne moída / Feijão	Risoto de frango (arroz, frango, vagem, cenoura e cheiro- verde) / Feijão  Abacaxi	Ensopado de legumes com carne e macarrão (batata, cenoura e repolho) Banana prata	Hanbúrguer caseiro de frango com aveia / abobrinha refogada / Arroz / Feijão / Vinagrete Melão	Carne bovina cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho com beterraba Tangerina
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14:10	Chá mate / Bolo de fubá	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Chá mate / Pão com manteiga e queijo	Suco de polpa / Bolo de banana com aveia e uva- passa	Salada de frutas (abacaxi, banana, melão) / Biscoito salgado
<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>
		975,91 Kcal	144g	34g	30g
			59%	14%	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)

## SETEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 9:00	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito salgado	Leite com aveia / Pão de queijo	Leite batido com banana e aveia / Bolo de cenoura	Leite batido polpa de fruta / Pão com geleia	Leite batido com banana e aveia / Biscoito doce
<b>ALMOÇO</b> 11:30	Macarrão ao molho de carne moída / Feijão	Risoto de frango (arroz, frango, vagem, cenoura e cheiro-verde) / Feijão  Abacaxi	Ensopado de legumes com carne e macarrão (batata, cenoura e repolho)  Banana prata	Hambúguer caseiro de frango com aveia / abobrinha refogada / Arroz / Feijão / Vinagrete  Melão	Carne bovina cozida com batata / Arroz / Feijão / Salada de repolho com beterraba  Tangerina
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14:10	Chá mate / Bolo de fubá	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Chá mate / Pão com manteiga e queijo	Suco de polpa / Bolo de banana com aveia e uva-passa	Salada de frutas (abacaxi, banana, melão) / Biscoito salgado
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>  1209,61 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	
		181g	44g	36g	
		60%	15%	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.