

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/ 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE MATUTINO – 7:30 VESPERTINO - 15:00	-Leite	- Leite	- Leite	- Leite	- Leite			
ALMOÇO MATUTINO – 09:20 VESPERTINO - 13:00	-Arroz -Feijão -Farofa de ovos com cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango desfiado ao molho sugo com polenta cremosa (ver receita) -Salada de pepino ralado	-Arroz nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne moída com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne moída refogada com beterraba e cenoura - Abacaxi	-Arroz -Estrogonofe de frango -Salada de alface e tomate picados -Banana prata			
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	15% a 30% do VET				
		296,53kcal	40g	12g				
		54%	15%	31%	135,27	17,21	192,44	1,44



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

***RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS**

Considerações: As refeições devem apresentar consistência branda (alimentos macios, bem cozidos e picados). **NUNCA** liquidificados ou peneirados. 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/ 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE MATUTINO – 7:30 VESPERTINO - 15:00	-Leite com cacau em pó -Pão de forma com manteiga	-Leite com cacau em pó -Bolo de cenoura	-Iogurte natural batido com polpa de fruta -Pão caseiro com manteiga	-Leite com cacau em pó -Pão de forma com queijo	-Leite batido com polpa de fruta -Bolo de amendoim (ver receita)			
ALMOÇO MATUTINO – 09:20 VESPERTINO - 13:00	-Arroz -Feijão -Farofa de ovos com cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango desfiado ao molho sugo com polenta cremosa (ver receita) -Salada de pepino ralado	-Arroz nutritivo (arroz abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne moída com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne moída refogada com beterraba e cenoura -Abacaxi	-Arroz -Estrogonofe de frango -Salada de alface e tomate picados -Banana prata			
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	15% a 30% do VET				
	438,53 kcal	60g 54%	16g 15%	15g 32%	170,43	24,37	253,22	2,49



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

***RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS**

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/2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO – 7:40 VESPERTINO - 15:20	-Leite com cacau em pó -Pão de forma com manteiga	-Leite com cacau em pó -Bolo de cenoura	-iogurte natural batido com polpa de fruta -Pão caseiro com manteiga	- Leite com cacau em pó -Pão de forma com queijo	-Leite batido com polpa de fruta -Bolo de amendoim (ver receita)
ALMOÇO MATUTINO – 09:40 VESPERTINO - 13:20	-Arroz -Feijão -Farofa de ovos com cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango desfiado ao molho sugo sugo com polenta cremosa (ver receita) -Salada de pepino ralado	-Arroz nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne moída com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne moída refogada com beterraba e cenoura - Abacaxi	-Arroz -Estrogonofe de frango -Salada de alface e tomate picados -Banana prata
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	
		482,78 kcal	65g	18g	17g
		54%	15%	32%	



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

***RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS**

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 – ANA CECILIA NOGUEIRA BUDE
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA (6 - 11 meses)
PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE

JULHO/2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO - 7:30	-LEITE ZERO LACTOSE	-LEITE ZERO LACTOSE	-LEITE ZERO LACTOSE	-LEITE ZERO LACTOSE	-LEITE ZERO LACTOSE
ALMOÇO MATUTINO - 09:20	-Arroz -Feijão -Carne moída refogada com cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango desfiado ao molho ferrugem -Salada de pepino ralado	-Arroz nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne moída com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne de moída refogada com beterraba e cenoura -Abacaxi	-Arroz -Frango desfiado ao molho sugo -Salada de alface e tomate picados -Banana prata

ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

- **NÃO PODE** consumir leite de vaca, queijos, manteiga, requeijão, creme de leite 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;
- Substituir o leite tradicional pelo zero lactose ou leite de soja;
- **NUNCA** utilizar manteiga para produção de refeições, bolos, tortas e pães da aluna, pois contém **LACTOSE**;
- No preparo de bolos e tortas, substituir o leite tradicional pelo zero lactose ou por água e a margarina por óleo;
- 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 restrição à preparação para os demais alunos;
- **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

***RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS**

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 – DAVI LUCAS DALÁGUA DE OLIVEIRA
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA (6 - 11 meses)
PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)

JULHO/2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO - 07:30	-Suco de polpa de fruta	-Suco de polpa de fruta	-Suco de polpa de fruta	-Suco natural de abacaxi	-Suco natural de abacaxi
ALMOÇO MATUTINO - 09:20	-Arroz -Feijão -Carne moída refogada com cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango desfiado ao molho ferrugem -Salada de pepino ralado	-Arroz nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne moída com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne de moída refogada com beterraba e cenoura -Abacaxi	-Arroz -Frango desfiado ao molho sugo -Salada de alface e tomate picados -Banana prata

ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

- **NÃO PODE CONSUMIR LEITE DE VACA, QUEIJOS, MANTEIGA, REQUEIJÃO, CREME DE LEITE 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;
- **NUNCA** utilizar manteiga para produção de refeições, bolos, tortas e pães do aluno, pois contém derivados do leite;
- No preparo de bolos e tortas, substituir o leite por água e a manteiga 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);
- Deve-se retirar a porção do aluno antes de adicionar os ingredientes que o mesmo tem restrição à preparação para os demais alunos;
- **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

***RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS**

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 – BENICIO BRAGA CINTURIÃO WUST
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA (1 - 3 anos)
PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: ALERGIA À APROTEÍNA DO LEITE DE VACA (APLV)

JULHO/2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO 7:30	-Suco de polpa de fruta -Pão vegano	-Suco de polpa de fruta -Biscoito vegano	-Suco de polpa de fruta -Pão vegano	-Suco natural de abacaxi -Pão vegano com alface e tomate	-Suco natural de abacaxi -Biscoito vegano
ALMOÇO MATUTINO 09:20	-Arroz -Feijão -Carne moída refogada com cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango desfiado ao molho ferrugem -Salada de pepino ralado	-Arroz nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne moída com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne de moída refogada com beterraba e cenoura -Abacaxi	-Arroz -Frango desfiado ao molho sugo -Salada de alface e tomate picados -Banana prata

ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

- **NÃO PODE CONSUMIR LEITE DE VACA, QUEIJOS, MANTEIGA, REQUEIJÃO, CREME DE LEITE 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;
- **NUNCA** utilizar manteiga para produção de refeições, bolos, tortas e pães do aluno, pois contém derivados do leite;
- No preparo de bolos e tortas, substituir o leite por água e a manteiga 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);
- Deve-se retirar a porção do aluno antes de adicionar os ingredientes que o mesmo tem restrição à preparação para os demais alunos;
- **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

***RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS**

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 – VALENTIM BERNARDO FAUSTINO DA SILVA
ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA (1 - 3 anos)
PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE

JULHO/2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO - 7:30	-Leite zero lactose com cacau em pó -Pão vegano	-Leite zero lactose com cacau em pó -Bolo de cenoura	-Leite zero lactose batido com polpa de fruta -Pão vegano	-Leite zero lactose com cacau em pó -Biscoito vegano	-Leite zero lactose batido com polpa de fruta -Pão vegano
ALMOÇO MATUTINO - 09:20	-Arroz -Feijão -Carne moída refogada com cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango desfiado ao molho ferrugem -Salada de pepino ralado	-Arroz nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne moída com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne de moída refogada com beterraba e cenoura -Abacaxi	-Arroz -Frango desfiado ao molho sugo -Salada de alface e tomate picados -Banana prata

ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

- **NÃO PODE** consumir leite de vaca, queijos, manteiga, requeijão, creme de leite 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;
- Substituir o leite tradicional pelo zero lactose ou leite de soja;
- **NUNCA** utilizar manteiga para produção de refeições, bolos, tortas e pães do aluno, pois contém **LACTOSE**;
- No preparo de bolos e tortas, substituir o leite tradicional pelo zero lactose ou por água e a manteiga por óleo;
- Molho ferrugem (feito com o próprio caldo da carne ou frango);
- Deve-se retirar a porção do aluno antes de adicionar os ingredientes que o mesmo tem restrição à preparação para os demais alunos;
- **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

***RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS**

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 / ALERGIA AO TOMATE, AMENDOIM, MILHO, FEIJÃO BRANCO E VERMELHO

JULHO/2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO 7:40	-Leite zero lactose com cacau em pó -Pão vegano	-Leite zero lactose com cacau em pó -Bolo de cenoura	-Leite zero lactose batido com polpa de fruta -Pão vegano	-Leite zero lactose com cacau em pó -Biscoito vegano	-Leite zero lactose batido com polpa de fruta -Pão vegano
ALMOÇO MATUTINO 09:40	-Arroz -Feijão preto -Carne moída refogada com cenoura e vagem	-Arroz -Feijão preto -Frango desfiado ao molho ferrugem -Salada de pepino ralado	-Arroz nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne moída com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão preto -Carne de moída refogada com beterraba e cenoura -Abacaxi	-Arroz -Filé de frango grelhado -Salada de alface e tomate picados -Banana prata

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);
- Deve-se retirar a porção da aluna antes de adicionar os ingredientes que a mesma tem restrição à preparação para os demais alunos;
- **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações. *RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS

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 (sensibilidade ao leite zero lactose) / ALERGIA AO OVO, CORANTES ARTIFICIAIS AMARELO E VERMELHO

JULHO/2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE VESPERTINO - 15:20	-Suco de polpa de fruta -Pão vegano	-Suco de polpa de fruta -Biscoito vegano	-Suco de polpa de fruta -Pão vegano	-Suco natural de abacaxi -Biscoito vegano	-Suco natural de abacaxi -Pão vegano
ALMOÇO VESPERTINO - 13:20	-Arroz -Feijão -Carne moída refogada com cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango desfiado ao molho ferrugem com polenta (sem queijo) -Salada de pepino ralado	-Arroz nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne moída com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne de moída refogada com beterraba e cenoura -Abacaxi	-Arroz -Filé de frango grelhado -Salada de alface e tomate picados -Banana prata

ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

- **NÃO PODE** consumir leite de vaca, queijos, manteiga, requeijão, creme de leite 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;
- Não oferecer **leite “zero lactose”** e demais derivados, pois o aluno **APRESENTA SENSIBILIDADE AO LEITE ZERO LACTOSE**;
- Não oferecer **OVOS** e preparações que contenham ovos;
- Leia o rótulo do macarrão para verificar se contém ovos;
- Não ofertar qualquer alimento que contenha **CORANTES OU AROMATIZANTES ARTIFICIAIS** (NA DÚVIDA, NÃO OFERTAR);
- Molho ferrugem (feito com o próprio caldo da carne ou frango);
- Deve-se retirar a porção do aluno antes de adicionar os ingredientes que o mesmo tem restrição à preparação para os demais alunos;
- **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

***RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS**

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 (6-10 anos)
PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

JULHO / 2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO 08:40 VESPERTINO 13:50	-Arroz -Feijão -Farofa de ovos com cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango ao molho sugo com polenta cremosa (ver receita) -Salada de pepino	-Arroz nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne de panela -Salada colorida agridoce (alface, beterraba, cenoura, repolho, tomate cereja, queijo, limão, mel)*	-Arroz -Estrogonofe de frango -Salada de alface e tomate -Banana prata
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	
		57g	14g	9g	
		63%	15%	22%	
	365,20 kcal				



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

***RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS**

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.

JULHO/2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MATUTINO 08:40	-Arroz -Feijão -Farofa de ovos com cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango ao molho sugo -Salada de pepino	-Arroz nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne de panela -Salada colorida agri-doce (Sem queijo)	-Arroz -Filé de frango grelhado -Salada de alface e tomate -Banana prata

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 restrição 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 DIONÍZIO ANTÔNIO VIEIRA

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA
QUILOMBOLA- ZONA RURAL
FAIXA ETÁRIA (4-5 anos)
PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

JULHO/2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE 9:00	- Leite com café -Pão de forma com requeijão	- Iogurte natural batido com polpa de fruta -Pão caseiro com manteiga	-Chá mate -Pão caseiro com manteiga	- Leite com café -Pão de forma com queijo	-Leite com cacau em pó -Bolo de amendoim (ver receita)
ALMOÇO 11:30	-Arroz -Feijão -Farofa de ovos, cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango ao molho suco com polenta cremosa (ver receita) -Salada de pepino -Abacaxi	-Arroz Nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne de panela -Salada colorida agridoce (alface, beterraba, cenoura, repolho, tomate cereja, queijo, limão, mel)* -Maçã	-Arroz -Estrogonofe de frango -Salada de alface e tomate -Banana prata
LANCHE DA TARDE 14:10	-Suco de polpa de fruta -Torta salgada de legumes com queijo	-Suco natural de limão -Pão de forma com requeijão	-Chá mate gelado -Torrada com doce de fruta caseiro	-Suco de polpa de fruta -Bolo de cenoura	-Suco de polpa de fruta -Pão de forma com patê de frango e alface
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	
	957,19 kcal	139g	39g	28g	
		59%	16%	26%	



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

***RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS**

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/2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE 9:00	- Leite com café -Pão de forma com requeijão	- logurte natural batido com polpa de fruta -Pão caseiro com manteiga	-Chá mate -Pão caseiro com manteiga	- Leite com café -Pão de forma com queijo	-Leite com cacau em pó -Bolo de amendoim (ver receita)
ALMOÇO 11:30	-Arroz -Feijão -Farofa de ovos, cenoura e vagem	-Arroz -Feijão -Frango ao molho sugo com polenta cremosa (ver receita) -Salada de pepino -Abacaxi	-Arroz Nutritivo (arroz, abobrinha, alho poró, cenoura, couve, vagem, cheiro-verde)* -Guisado de carne com mandioca -Tangerina	-Arroz -Feijão -Carne de panela -Salada colorida agridoce (alface, beterraba, cenoura, repolho, tomate cereja, queijo, limão, mel)* -Maçã	-Arroz -Estrogonofe de frango -Salada de alface e tomate -Banana prata
LANCHE DA TARDE 14:10	-Suco de polpa de fruta -Torta salgada de legumes com queijo	-Suco natural de limão -Pão de forma com requeijão	-Chá mate gelado -Torrada com doce de fruta caseiro	-Suco de polpa de fruta -Bolo de cenoura	-Suco de polpa de fruta -Pão de forma com patê de frango e alface
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
		1010,59 kcal	150g	40g	29g
			60%	16%	25%



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

RECEITA PARTICIPANTE DO 2º DESAFIO ESTADUAL DOS MERENDEIROS*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.