

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE APIÚNA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

Cardápio: Creche

PERÍODO: FEV/ABR

Faixa Etária: 12 meses a 3 anos.

Periodo: Integral

| 1º SEMANA | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|-------------------------------|---|--|--|---|---|
| Lanche Manhã 7h | Leite/Leite leite com cacau Mingau de aveia com maçã ou banana | Suco de uva Integra/leite Pão Caseiro com queijo | Leite/ Vitamina de frutas com aveia | Leite/leite com cacau Pão com requeijão | Leite/leite com cacau Pão com geleia de frutas sem açúcar |
| Fruta 9h | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção |
| Almoço 11h/12h | Minestra Omelete 2 saladas cozidas | Arroz/ Feijão Carne Moída Ensopada com Batata Salada: 1 crua e 1 cozida | Arroz/ Feijão Sobrecoca de Frango Assada Salada: 1 salada cozida e 1 crua | Polenta Carne de Panela Salada: 1 salada crua 1 cozida | Arroz/ Feijão Purê de Batata ovo mexido Salada: 1 cozida 1 crua |
| Fruta 14h20 | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção |
| Lanche da tarde 16h | Leite/Leite leite com cacau Mingau de aveia com maçã ou banana | Suco de uva Integra/leite Pão Caseiro com queij | Leite/ Vitamina de frutas com aveia | Leite/leite com cacau Pão com requeijão | Leite/leite com cacau Pão com geleia de frutas sem açúcar |

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.

* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda..

Nutricionista Fernanda Gaulke

CRN 7009

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE APIÚNA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE

Cardápio: Creche

Faixa Etária: 12 meses a 3 anos.

Período: Integral



| 2ª SEMANA | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|----------------------------|---|--|---|---|---|
| Lanche Manhã 7h | Leite/Vitamina de banana com cacau e aveia | Leite/achocolatado gelado (cacau) Pão com queijo | Leite gelado ou Morno Pão com manteiga | Leite/Suco de Fruta Integral Rosquinha de polvilho | Leite/ suco de uva integral Pão com geleia de frutas sem açúcar |
| Fruta 9h | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção |
| Almoço 11h/12h | Arroz/Macarrão Carne moída ensopada Saladas: 1 crua 1 cozida | Arroz/ Feijão Sobrecoca ao molho Salada: 1 salada crua e 1 cozida | Polenta/ Arroz Carne de panela ao Molho Salada: 1 salada crua e 1 cozida | Arroz/ Feijão Omelete Salada: 1 salada crua 1 cozida | Arroz/ Feijão Carne moída com molho Salada: 1 salada crua 1 cozida |
| Fruta 14h20 | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção |
| Lanche da tarde 16h | Leite/Vitamina de banana com cacau e aveia | Leite/achocolatado gelado (cacau) Pão com queijo | Leite gelado ou Morno Pão com manteiga | Leite/Suco de Fruta Integral Rosquinha de polvilho | Leite/ suco de uva integral Pão com geleia de frutas sem açúcar |
| Jantar 18h | Arroz/Macarrão Carne moída ensopada Saladas: 1 crua 1 cozida | Arroz/ Feijão Sobrecoca ao molho Salada: 1 salada crua e 1 cozida | Polenta/ Arroz Carne de panela ao Molho Salada: 1 salada crua e 1 cozida | Arroz/ Feijão Omelete Salada: 1 salada crua 1 cozida | Arroz/ Feijão Carne moída com molho Salada: 1 salada crua 1 cozida |

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE APIÚNA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE

Cardápio: Creche

Faixa Etária: 12 meses a 3 anos.

Periodo: Integral



3° SEMANA

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

| | | | | | |
|-------------------------------|---|---|---|---|--|
| Lanche Manhã 7h | Leite/mingau de aveia ou banana | Leite/ achocolatado (com cacau) Rosquinha de polvilho | Leite/suco de uva integral Pão com queijo | Leite/vitamina de frutas com aveia | Leite/ achocolatado (com cacau) Pão com geleia sem açúcar |
| Fruta 9h | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção |
| Almoço 11h/12h | Minestra Ovo Salada: 1 crua e 1 cozida | Polenta cremosa Carne moída ao molho com cenouras Saladas: 1 crua e 1 cozida | Arroz/feijão Picadinho de frango refogado Saladas: 1 crua e 1 cozida | Arroz/feijão Carne de panela com batata Saladas: 1 crua e 1 cozida | Arroz/feijão Purê de batata Frango ao molho Saladas: 1 cozida 1 crua |
| Fruta 14h20 | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção |
| Lanche da tarde 16h | Leite/mingau de aveia ou banana | Leite/ achocolatado (com cacau) Rosquinha de polvilho | Leite/suco de uva integral Pão com queijo | Leite/vitamina de frutas com aveia Mamão | Leite/ achocolatado (com cacau) Pão com geleia sem açúcar |
| Jantar 18h | Minestra Ovo Salada: 1 crua e 1 cozida | Polenta cremosa Carne moída ao molho com cenouras Saladas: 1 crua e 1 cozida | Arroz/feijão Picadinho de frango refogado Saladas: 1 crua e 1 cozida | Arroz/feijão Carne de panela com batata Saladas: 1 crua e 1 cozida | Arroz/feijão Purê de batata Frango ao molho Saladas: 1 cozida 1 crua |

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE APIÚNA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE

Cardápio: Creche

Faixa Etária: 12 meses a 3 anos.

Período: Integral



| 4ª SEMANA | 2ª FEIRA | 3ª FEIRA | 4ª FEIRA | 5ª FEIRA | 6ª FEIRA |
|-------------------------------|---|--|--|---|--|
| Lanche Manhã 7h | Leite/mingua de aveia com maçã ou banana | Leite/ achocolatado (com cacau) Pão com geleia de frutas sem açúcar | Leite/suco de uva integral Pão com queijo | Leite/achocolatado (com cacau) Pão com manteiga | Leite/ achocolatado (com cacau) Pão com geleia sem açúcar |
| Fruta 9h | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção |
| Almoço 11h/12h | Minestra Omelete Saladas: 1 cozida e 1 crua | Arroz/feijão Frango ao molho Saladas: 1 cozida e 1 crua | Polenta cremosa Carne de panela com batata Saladas: 1 crua e 1 cozida | Arroz/feijão Sobrecoca ao molho Saladas: 1 cozida e 1 crua | Arroz/macarrão Carne moída com molho Saladas: 1 cozida e 1 crua |
| Fruta 14h20 | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção | 1 porção |
| Lanche da tarde 16h | Leite/mingua de aveia com maçã ou banana | Leite/ achocolatado (com cacau) Pão com geleia de frutas sem açúcar | Leite/suco de uva integral Pão com queijo | Leite/achocolatado (com cacau) Pão com manteiga | Leite/ achocolatado (com cacau) Pão com geleia sem açúcar |
| Jantar 18h | Minestra Omelete Saladas: 1 cozida e 1 crua | Arroz/feijão Frango ao molho Saladas: 1 cozida e 1 crua | Polenta cremosa Carne de panela com batata Saladas: 1 crua e 1 cozida | Arroz/feijão Sobrecoca ao molho Saladas: 1 cozida e 1 crua | Arroz/macarrão Carne moída com molho Saladas: 1 cozida e 1 crua |

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.

* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda..

Nutricionista Fernanda Gauke

CRN 7009