

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI CIA DO SABER

FAIXA ETÁRIA (6 a 11 meses)

PERÍODO (parcial e integral)

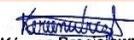
Março- 2024

	2ª FEIRA 04/03	3ª FEIRA 05/03	4ª FEIRA 06/03	5ª FEIRA 07/03	6ª FEIRA 08/03			
Lanche da manhã Lanche da tarde	6 -11 meses: Banana e fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6-11 meses: Goiaba e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno	6 -11 meses: Banana e fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6-11 meses: Banana e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno	6-11 meses: Goiaba e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno			
Almoço	Arroz + feijão preto + carne de frango cozida + couve refogada <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Lentilha + arroz + salada de alface + carne moída <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Canjiquinha com carne suína desfiada + salada de pepino <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Feijão preto + arroz + músculo cozido + salada de tomate <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Macarrão com molho de frango desfiado + salada de rúcula <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>			
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				
	521	73 g 55 %	25 g 17%	15 g 28%	433	33	200	4,8

Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;

Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana. O cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
Nutricionista
CRN-8 15186

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI CIA DO SABER

FAIXA ETÁRIA (1 A 3 ANOS)

PERÍODO (parcial e integral)

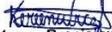
Março - 2024

	2ª FEIRA 04/03	3ª FEIRA 05/03	4ª FEIRA 06/03	5ª FEIRA 07/03	6ª FEIRA 08/03			
Lanche da manhã Lanche da tarde	Manhã: pão frances + chá matte Tarde: Torta salgada	Manhã: pão fatiado + leite integral Tarde: Torta de frango	Manhã: bolacha maisena + leite integral Tarde: Bolo de fubá	Manhã: pão frances + chá matte Tarde: Torta salgada	Manhã: pão fatiado com maionese caseira (leite, óleo, sal) Tarde: Bolo de fubá			
Almoço	Arroz + feijão preto + carne de frango cozida + couve refogada <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Lentilha + arroz + salada de alface e tomate + carne moída <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Canjiquinha com carne suina desfiada + salada de pepino Sobremesa: banana <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Feijão preto + arroz + músculo cozido + salada de tomate Sobremesa: banana <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Macarrão com molho de frango desfiado + salada de rúcula <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>			
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				
		655	115 g 58 %	24 g 12%				

Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;

Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
Nutricionista
CRN-8 15186

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI CIA DO SABER

FAIXA ETÁRIA (6 a 11 meses)

PERÍODO (parcial e integral)

Março - 2024

	2ª FEIRA 11/03	3ª FEIRA 12/03	4ª FEIRA 13/03	5ª FEIRA 14/03	6ª FEIRA 15/03			
Lanche da manhã Lanche da tarde	6-11 meses: Banana e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno	6-11 meses: Goiaba e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno	6 -11 meses: Pessego/fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6-11 meses: Mamão amassado e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno	6 -11 meses: Pessego/fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral			
Almoço	Feijão preto + arroz + músculo cozido + salada de tomate <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Macarrão com molho de frango desfiado + salada de rúcula <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Feijão branco + arroz+ abobrinha refogada + músculo cozido <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Lentilha + arroz + carne moída Sobremesa: melancia <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Feijão + arroz + abobrinha cozida + coxa sobrecoxa assada <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>			
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				
	650	57,6 g 55,5 %	13,6 g 13%	14,4 g 31,5%	360	60	335	6,0

Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;

Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
 Nutricionista
 CRN-8 15186

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI CIA DO SABER

FAIXA ETÁRIA (1 A 3 ANOS)

PERÍODO (parcial e integral)

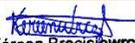
Março - 2024

	2ª FEIRA 11/03	3ª FEIRA 12/03	4ª FEIRA 13/03	5ª FEIRA 14/03	6ª FEIRA 15/03			
Lanche da manhã Lanche da tarde	Manhã: pão frances + chá matte Tarde: Torta salgada	Manhã: pão fatiado com maionese caseira (leite, óleo, sal) Tarde: Bolo de fubá	Manhã: bolacha água e sal + café com leite Tarde: Bolo de fubá	Manhã: bolacha maisena + chá matte Tarde: Torta de frango	Manhã: pão fatiado com maionese caseira (leite, óleo, sal) Tarde: Bolo de fubá			
Almoço	Feijão preto + arroz + músculo cozido + salada de tomate Sobremesa: banana <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Macarrão com molho de frango desfiado + salada de rúcula <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Feijão branco + arroz + abobrinha refogada + músculo cozido	Lentilha + arroz + carne moída Sobremesa: melancia	Feijão + arroz + abobrinha cozida + coxa sobrecoxa assada			
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				
	670	72 g 55,7 %	17 g 13%	18 g 31,8%	399	60	378	6,1

Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;

Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores.
 Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
 Nutricionista
 CRN-8 15186

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI CIA DO SABER

FAIXA ETÁRIA (6 a 11 meses)

PERÍODO (parcial e integral)

Março - 2024

	2ª FEIRA 18/03	3ª FEIRA 19/03	4ª FEIRA 20/03	5ª FEIRA 21/03	6ª FEIRA 22/03			
Lanche da manhã Lanche da tarde	6 -11 meses: Abacate/fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6-11 meses: Banana caturra e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	6 -11 meses: Abacate e fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6-11 meses: Banana caturra e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	6 -11 meses: Banana caturra /fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral			
Almoço	feijão preto + arroz + salada de tomate + pernil de porco cozido desfiado <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	feijão preto + arroz + músculo cozido desfiado + salada de pepino <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	macarrão integral com carne moída e beterraba cozida <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	lentilha cozida + arroz + couve refogada + carne moída <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	sopa de mandioca + salada de repolho <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>			
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				
	597	62 g 61 %	14 g 13%	12 g 26%	473	55	359	7,1

Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;

Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
 Nutricionista
 CRN-8 15186

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI CIA DO SABER

FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

PERÍODO (parcial e integral)

Março - 2024

	2ª FEIRA 18/03	3ª FEIRA 19/03	4ª FEIRA 20/03	5ª FEIRA 21/03	6ª FEIRA 22/03			
Lanche da manhã Lanche da tarde	Manhã: pão fatiado + leite integral Tarde: Torta salgada	Manhã: bolacha maisena + café com leite Tarde: Bolo de fubá	Manhã: bolacha maisena + chá mate Tarde: bolo de milho verde	Manhã: pão fatiado com maionese caseira (leite, óleo, sal) Tarde: bolo de milho verde	Manhã: pão fatiado com maionese caseira (leite, óleo, sal) Tarde: torta salgada			
Almoço	feijão preto + arroz + salada de tomate + pernil de porco cozido desfiado	feijão preto + arroz + músculo cozido desfiado + salada de pepino	macarrão integral com carne moída e beterraba cozida	lentilha cozida + arroz + couve refogada + carne moída	sopa de mandioca + salada de repolho			
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				
	599	61 g 65 %	12 g 10%	16 g 25%	477	54	384	6,3

Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;

Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores.
 Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
 Nutricionista
 CRN-8 15186

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI CIA DO SABER

FAIXA ETÁRIA (6 a 11 meses)

PERÍODO (parcial e integral)

Março - 2024

	2ª FEIRA 25/03	3ª FEIRA 26/03	4ª FEIRA 27/03	5ª FEIRA 28/03	6ª FEIRA 29/03			
Lanche da manhã Lanche da tarde	6 -11 meses: Abacate/fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6-11 meses: Banana caturra e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno	6 -11 meses: Melancia e fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	FERIADO	RECESSO			
Almoço	feijão preto + arroz + salada de tomate + pernil de porco cozido desfiado <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	feijão preto + arroz + músculo cozido desfiado + salada de pepino <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	macarrão integral com carne moída e couve refogada <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>					
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				
	594	62 g 61 %	14 g 13%	12 g 26%	473	65	359	7,1

Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;

Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores.
 Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
 Nutricionista
 CRN-8 15186

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VENTANIA
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CMEI CIA DO SABER

FAIXA ETÁRIA (1 a 3 anos)

PERÍODO (parcial e integral)

Março - 2024

	2ª FEIRA 25/03	3ª FEIRA 26/03	4ª FEIRA 27/03	5ª FEIRA 28/03	6ª FEIRA 29/03			
Lanche da manhã Lanche da tarde	Manhã: pão fatiado com maionese caseira (leite, óleo, sal) Tarde: bolo de mandioca simples	Manhã: pão fatiado com maionese caseira (leite, óleo, sal) Tarde: torta salgada	Manhã: pão fatiado + leite integral Tarde: Torta salgada	FERIADO	RECESSO			
Almoço	feijão preto + arroz + salada de tomate + pernil de porco cozido desfiado	feijão preto + arroz + músculo cozido desfiado + salada de pepino	macarrão integral com carne moída e couve refogada					
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				
	601	63 g 62 %	14 g 11%	12 g 26%	471	65	354	6,8

Integral: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 4 dias/semana e hortaliças 5 dias/ semana;

Parcial: ofertar, no mínimo, fruta in natura: 2 dias/semana e hortaliças 3 dias/ semana;

Obs: As hortaliças serão preparadas e as frutas ofertadas conforme as entregas realizadas na semana, e o cardápio está sujeito a alterações conforme o prazo dos demais fornecedores. Favor comunicar à nutricionista qualquer eventualidade! **Elaborado por: Kéreen Bracisiewrcz CRN-8 15186**


Kéreen Bracisiewrcz
 Nutricionista
 CRN-8 15186