

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

CARDÁPIO – CMEI CIA DO SABER E CMEI MENINO JESUS

FAIXA ETÁRIA (6 a 11 meses)

PERÍODO (parcial e integral)

Outubro / Novembro -
2023

	2ª FEIRA 30/10	3ª FEIRA 31/10	4ª FEIRA 01/11	5ª FEIRA 02/11	6ª FEIRA 03/11			
Lanche da manhã Lanche da tarde	6-11 meses: Laranja e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno	6-11 meses: Abacaxi e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	6 -11 meses: Melancia e fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	FERIADO	RECESSO			
Almoço	Feijão amassado + arroz amassado + carne Suina + quibebe <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	Lentilha amassada + arroz papa+ abobrinha (cozida com bastante água)+ carne moída com batata	Feijão amassado + arroz amassado + Beterraba (cozida com bastante água)+ pernil de porco cozido desfiado Sobremesa: laranja					
Composição nutricional (Média semanal) (3 dias)	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				
	800	110 g 55 %	28 g 14%	27 g 30%	446	40	504	2,8

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 E CMEI MENINO JESUS

FAIXA ETÁRIA (1 A 3 ANOS)

PERÍODO (parcial e integral)

Novembro - 2023

	2ª FEIRA 06/11	3ª FEIRA 07/11	4ª FEIRA 08/11	5ª FEIRA 09/11	6ª FEIRA 10/11			
Lanche da manhã Lanche da tarde	6 -11 meses: Abacaxi/fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6-11 meses: Banana amassada e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	6 -11 meses: Melancia e fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6-11 meses: Abacate amassado e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	6 -11 meses: Abacaxi/fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral			
Almoço	6 – 11 meses: sopa de legumes (macarrão, cenoura, batata)	6-11 meses: feijão amassadinho + arroz amassado + carne suína desfiada + couve picadinha	6 – 11 meses: macarrão integral com tomate e abobrinha cozida	6-11 meses: lentilha amassada +arroz amassado + abobrinha amassada (cozida com bastante água)+ carne moída com batata	6 – 11 meses: feijão amassado +arroz amassado + repolho picadinho (cozido com bastante água) + pernil de porco desfiado			
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				
	550	59 g 54,5 %	12 g 15,6%	17 g 29,9%	477	56	320	8,0

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 E CMEI MENINO JESUS

FAIXA ETÁRIA (1 A 3 ANOS)

PERÍODO (parcial e integral)

Novembro - 2023

	2ª FEIRA 13/11	3ª FEIRA 14/11	4ª FEIRA 15/11	5ª FEIRA 16/11	6ª FEIRA 17/11			
Lanche da manhã Lanche da tarde	6 -11 meses: Pessego/fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6-11 meses: Banana amassada e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	FERIADO	6-11 meses: Mamão amassado e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	6 -11 meses: Pessego/fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral			
Almoço	Sopa de feijão com cenoura e batata + pernil de porco desfiado Sobremesa: laranja	Feijão amassado + arroz amassado + carne de frango desfiada + quibebe + brócolis cozido		Lentilha amassada + arroz amassado + Abobrinha bem cozida + carne moída com batata cozida Sobremesa: melancia	Feijão amassado + arroz amassado + repolho refogado + carne de frango cozida			
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				
	550	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 E CMEI MENINO JESUS

FAIXA ETÁRIA (1 A 3 ANOS)

PERÍODO (parcial e integral)

**Novembro/ Outubro -
2023**

	2ª FEIRA 20/11	3ª FEIRA 21/11	4ª FEIRA 22/11	5ª FEIRA 23/11	6ª FEIRA 24/11			
Lanche da manhã Lanche da tarde	6-11 meses: Laranja e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	6-11 meses: Maça e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	6 -11 meses: Melancia e fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6 -11 meses: Banana e fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6 -11 meses: Laranja e fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral			
Almoço	6-11 meses: sopa de legumes (macarrão, cenoura, batata)	6-11 meses: feijão + arroz amassado + cenoura amassada (cozida com bastante água)+ carne moída com batata	6 – 11 meses: macarrão integral com tomate e abobrinha cozida	6 – 11 meses: feijão amassado +arroz amassado + frango desfiado com tomate	6 – 11 meses: feijão amassado +arroz amassado + beterraba (cozida com bastante água) + pernil de porco desfiado			
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				
	550	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 E CMEI MENINO JESUS

FAIXA ETÁRIA (1 A 3 ANOS)

PERÍODO (parcial e integral)

Novembro - 2023

	2ª FEIRA 27/11	3ª FEIRA 28/11	4ª FEIRA 29/11	5ª FEIRA 30/11	6ª FEIRA 01/12			
Lanche da manhã Lanche da tarde	6 -11 meses: Pessego/fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6-11 meses: Banana amassada e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	6 -11 meses: Melancia e fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral	6-11 meses: Mamão amassado e fórmula infantil ou leite integral ou leite materno <u>evoluir a consistencia conforme idade</u>	6 -11 meses: Pessego/fórmula infantil Ou leite materno ou leite integral			
Almoço	6 – 11 meses: sopa de legumes (macarrão, cenoura, batata)	6-11 meses: feijão amassadinho + arroz amasado + carne suina desfiada + quibebe	6 – 11 meses: macarrão integral com tomate e abobrinha cozida	6-11 meses: lentilha amassada +arroz amassado + abobrinha amassada (cozida com bastante água)+ carne moída com batata	6 – 11 meses: feijão amassado +arroz amassado + repolho picadinho (cozido com bastante água) + pernil de porco desfiado			
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				
	550	59 g 57 %	12,9 g 12%	14,1 g 31%	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