

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)

Dezembro - 2023

	2ª FEIRA 04/12	3ª FEIRA 05/12	4ª FEIRA 06/12	5ª FEIRA 07/12	6ª FEIRA 08/12			
Lanche da manhã Lanche da tarde	Manhã: Pão fatiado leite integral Tarde: Torta de legumes com frango	Manhã: café com leite e bolacha maisena Tarde: Bolo de fubá (farinha trigo, ovo, sal, óleo, fermento, fubá,)	Manhã: chá mate e torrada Tarde: Bolo de laranja (farinha trigo, ovo, sal, óleo, fermento, laranja,)	Manhã: Pão caseiro s/ açúcar (ovo, óleo, leite, farinha trigo, fermento, sal) com maionese caseira de leite (leite, óleo e sal) Tarde: Torta de legumes com frango	Manhã: café com leite e bolacha maisena Tarde: Bolo de laranja s/ açúcar (farinha trigo, ovo, sal, óleo, fermento, laranja,), café com leite integral			
Almoço	sopa de legumes (macarrão, cenoura, batata) Sobremesa: banana	Feijão + arroz + carne suína + couve refogada Sobremesa: banana	Macarrão com carne moída e abobrinha cozida + salada de alface Sobremesa: ameixa	Lentilha + arroz + abobrinha + carne moída com batata Sobremesa: ameixa	Feijão + Arroz + repolho refogado + pernil de porco desfiado Sobremesa: uva			
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)

Dezembro - 2023

	2ª FEIRA 11/12	3ª FEIRA 12/12	4ª FEIRA 13/12	5ª FEIRA 14/12	6ª FEIRA 15/12			
Lanche da manhã	Manhã: bolacha salgada, leite integral	Manhã: torrada, café com leite	Manhã: Pão caseiro s/ açúcar (ovo, óleo, leite, farinha trigo, fermento, sal) com maionese caseira de leite (leite, óleo e sal)	Manhã: vitamina de abacate	Manhã: Pão fatiado			
Lanche da tarde	Tarde: Torta integral de legumes com frango	Tarde: Torta integral de legumes com frango	Tarde: Torta de legumes com frango	Tarde: Torta integral de legumes com frango	Tarde: Bolo de cenoura s/ açúcar, leite integral			
Almoço	Sopa de feijão com cenoura e batata + pernil de porco desfiado Sobremesa: laranja	Canja de frango (arroz, frango, cenoura e tomate) + brócolis cozido	Canjiquinha carne moída com batata + salada de repolho	Lentilha + arroz + Abobrinha + carne moída com batata Sobremesa: melancia	Feijão + arroz+ repolho refogado + filé de frango cozido			
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 w55,5 %	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)

Dezembro – 2023

	2ª FEIRA 18/12	3ª FEIRA 19/12	4ª FEIRA 20/12	5ª FEIRA 21/12	6ª FEIRA 22/12			
Lanche da manhã	Manhã: Pão fatiado	Manhã: café com leite e bolacha maisena	Manhã: chá mate e torrada	FERIAS				
Lanche da tarde	leite integral Tarde: Torta de legumes com frango	Tarde: Bolo de fubá (farinha trigo, ovo, sal, óleo, fermento, fubá,)	Tarde: Bolo de laranja (farinha trigo, ovo, sal, óleo, fermento, laranja,)					
Almoço	sopa de legumes (macarrão, cenoura, batata) e salada de tomate Sobremesa: melancia	feijão + arroz + carne suína desfiada + salada de pepino Sobremesa: uva	macarrão integral com carne moída e salada de alface Sobremesa: melancia					
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