

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHÃO - SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
 CARDÁPIO INVERNO - CMEI  
 MODALIDADE DE ENSINO - Educação Infantil / FAIXA ETÁRIA 1 A 3 anos

HORÁRIOS / REFEIÇÃO	Segunda Feira 01/05/2023	Terça feira 02/05/2023	Quarta feira 03/05/2023	Quinta feira 04/05/2023	Sexta feira 05/05/2023
DESJEJUM 8:00 A 8:30	Omelete simples com tomate Chá de camomila sem açúcar	Leite integral Pão integral com nata	Leite integral Pão de vegetais com queijo	Leite integral Pão com nata	Leite integral Mingau de aveia com uva passas
LANCHE DA MANHÃ 9:00 a 9:30	Maçã	Banana	Caqui	Laranja	Maçã
ALMOÇO 11:00	Arroz integral Lentilha Pernil suíno Repolho refogado	Arroz integral Feijão preto Frango com batata salsa Beterraba cozida	Arroz integral Feijão Carioca Carne com Legumes ( músculo, cenoura, batata)	Arroz integral Feijão preto Peixe assado Brócolis	Feijão Preto Macarrão a bolonhesa Beterraba cozida
LANCHE DA TARDE 14:00	Leite integral Biscoito de polvilho sem lactose	Leite integral melão	Leite integral Ponkan	Leite integral manga	Leite integral Banana com aveia
JANTAR 16:00	Mingau de alho e ovo	Caldo 8 ( carne moída, feijão preto, batata, chuchu, couve manteiga)	Feijão carioca Risoto a primavera (arroz, brócolis, cenoura, couve flor, estrato de tomate, vagem) Cenoura refogada	Caldo 9 (frango, feijão preto, mandioca, couve flor,espinafre, vagem)	Quirera com frango feijão preto Couve manteiga refogada

**•Em cumprimento a Resolução nº6 de 08 de maio de 2020 fica proibido a adição de açúcar ou alimentos açucarados na alimentação dos alunos menores de 3 anos.**

- Crianças entre 6 a 7 meses devem se alimentar com alimentos amassados com o garfo deve ter aspecto de purê ou papa
- Crianças entre 8 a 11 meses devem consumir alimento que tenham textura normal porem pedaços pequenos
- Crianças entre 1 a 2 anos, textura do alimento normal
- Crianças entre 2 a 6 anos textura do alimento normal
- O alimento deve ser oferecido para a criança em pratos com colheres apropriadas para a idade, a água e outros líquidos recomenda-se o uso de copinhos.
- Os alimentos devem ser oferecidos separadamente, para que a criança aprenda a identificar cores e sabores, colocar as porções de cada alimento no prato sem misturá-las



## Composição nutricional

	CARB	PROT	LIP	VIT A	VIT C	FE	CA	Y.E.T.
Integral praticado	132,38	48,34	24,65	369,54	53,00	5,88	567,41	944,75
recomendação	123 a 146	22,5 a 26,5	10 a 15	147	9,1	2,1	350	896,91
parcial manhã	74,99	27,96	14,06	177,06	26,58	3,62	315,12	538,29
recomendação	53 a 62	10 a 14	6,5 a 13	63	3,9	0,9	150	384,39
parcial tarde	57,39	20,78	10,60	192,48	26,42	2,26	252,29	406,46
recomendação	53 a 62	0 a 1	6,5 a 13	63	3,9	0,9	150	384,39

Naiara T. Raitz CRN8-5976, Lovaine C. Lovinske CRN8-7261, Solange P. Caldas CRN8-2675

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHÃO - SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
 CARDÁPIO INVERNO - CMEI  
 MODALIDADE DE ENSINO - Educação Infantil / FAIXA ETÁRIA 1 A 3 anos

HORÁRIOS / REFEIÇÃO	Segunda Feira 08/05/2023	Terça feira 09/05/2023	Quarta feira 10/05/2023	Quinta feira 11/05/2023	Sexta feira 12/05/2023
DESJEJUM 8:00 A 8:30	Farofa de ovo com aveia Chá de erva cidreira	Leite integral Pão integral com requeijão	Leite integral Bolo de maçã sem açúcar	Leite integral Pão de milho com requeijão	Cereal matinal sem açúcar com leite
LANCHE DA MANHÃ 9:00 a 9:30	Melão	Banana	Mamão	Maçã	Banana
ALMOÇO 11:00	Feijão preto Abobrinha refogada Quirera com pernil	Arroz integral Ervilha partida Ovo mexido cenoura	Arroz integral com espinafre Feijão carioca músculo com legumes (batata, batata salsa, cenoura)	Feijão preto Macarrão com frango Brócolis	Arroz colorido (cenoura, ervilha) Feijão preto Carne moída com PTS Beterraba cozida
LANCHE DA TARDE 14:00	Leite integral Pão de queijo	Leite integral Maçã	Leite integral Ponkan	Leite integral laranja	Leite integral Caqui
JANTAR 16:00	Arroz integral Feijão preto Frango cm batata	Feijão preto Polenta nutritiva (cenoura e molho de carne) Beterraba cozida	Arroz integral com espinafre Feijão preto Pernil suíno Salada de abobrinha com cenoura	Caldo de carne com farinha de milho	Caldo 7 (frango, feijão carioca, batata salsa, couve, aveia, arroz integral)

**•Em cumprimento a Resolução nº6 de 08 de maio de 2020 fica proibido a adição de açúcar ou alimentos açucarados na alimentação dos alunos menores de 3 anos.**

- Crianças entre 6 a 7 meses devem se alimentar com alimentos amassados com o garfo deve ter aspecto de purê ou papa
- Crianças entre 8 a 11 meses devem consumir alimento que tenham textura normal porem pedaços pequenos
- Crianças entre 1 a 2 anos, textura do alimento normal
- Crianças entre 2 a 6 anos textura do alimento normal
- O alimento deve ser oferecido para a criança em pratos com colheres apropriadas para a idade, a água e outros líquidos recomenda-se o uso de copinhos.
- Os alimentos devem ser oferecidos separadamente, para que a criança aprenda a identificar cores e sabores, colocar as porções de cada alimento no prato sem misturá-las



Composição nutricional								
	CARB	PROT	LIP	VIT A	VIT C	FE	CA	Y.E.T.
Integral praticado	137,65	50,92	26,71	341,78	60,27	5,90	533,38	994,68
recomendação	123 a 146	22,5 a 26,5	10 a 15	147	9,1	2,1	350	896,91
	CARB	PROT	LIP	VIT A	VIT C	FE	CA	Y.E.T.
parcial manhã	86,49	31,02	16,66	199,66	23,63	4,35	254,56	620,01
recomendação	53 a 62	10 a 14	6,5 a 13	63	3,9	0,9	150	384,39
	CARB	PROT	LIP	VIT A	VIT C	FE	CA	Y.E.T.
parcial tarde	51,16	19,90	10,05	142,12	36,65	1,55	278,82	374,67
recomendação	53 a 62	10 a 14	6,5 a 13	63	3,9	0,9	150	384,39

Naiara T. Raitz CRN8-5976, Lovaine C. Lovinske CRN8-7261, Solange P. Caldas CRN8-2675

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHÃO - SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
 CARDÁPIO INVERNO - CMEI  
 MODALIDADE DE ENSINO - Educação Infantil / FAIXA ETÁRIA 1 A 3 anos

HORÁRIOS / REFEIÇÃO	Segunda Feira 15/05/2023	Terça feira 16/05/2023	Quarta feira 17/05/2023	Quinta feira 18/05/2023	Sexta feira 19/05/2023
DESJEJUM 8:00 A 8:30	Ovo mexido Chá de hortelã sem açúcar	Leite integral Pão de vegetais com manteiga	Leite integral Pão integral com queijo	Leite integral Pão branco com manteiga	Leite com farinha de milho
LANCHE DA MANHÃ 9:00 a 9:30	Mamão	Maçã	Ponkan	Banana	Pêra
ALMOÇO 11:00	Arroz integral Feijão preto Polenta recheada Chuchu	Arroz integral Feijão preto Batata doce cozida Pernil suíno cenoura	Arroz integral lentilha Batata salsa cozida Músculo	Feijão carioca Legumes refogados (batata ing., cenoura, chuchu) Macarrão a bolonhesa	Arroz integral Feijão Preto Omelete de temperos Cenoura
LANCHE DA TARDE 14:00	Leite integral Bolo de banana com maçã sem açúcar	Leite integral Mamão com aveia	Leite integral Caqui	Leite integral Creme de iogurte frutas e aveia	Leite integral Ponkan
JANTAR 16:00	Caldo 9 (frango, feijão preto, mandioca, couve flor, espinafre, vagem)	Feijão preto Risoto de frango	Sopa de feijão com legumes	Feijão preto Quirera Pernil suíno Cenoura	Caldo 4 (Carne moída, arroz integral, berinjela, cenoura,

**•Em cumprimento a Resolução nº6 de 08 de maio de 2020 fica proibido a adição de açúcar ou alimentos açucarados na alimentação dos alunos menores de 3 anos.**

- Crianças entre 6 a 7 meses devem se alimentar com alimentos amassados com o garfo deve ter aspecto de purê ou papa
- Crianças entre 8 a 11 meses devem consumir alimento que tenham textura normal porem pedaços pequenos
- Crianças entre 1 a 2 anos, textura do alimento normal
- Crianças entre 2 a 6 anos textura do alimento normal
- O alimento deve ser oferecido para a criança em pratos com colheres apropriadas para a idade, a água e outros líquidos recomenda-se o uso de copinhos.
- Os alimentos devem ser oferecidos separadamente, para que a criança aprenda a identificar cores e sabores, colocar as porções de cada alimento no prato sem misturá-las



**Composição nutricional**

	CARB	PROT	LIP	VIT A	VIT C	FE	CA	V.E.T.
Integral praticado	118,52	40,24	23,24	363,03	71,94	5,62	315,48	844,20
recomendação	123 a 146	22,5 a 26,5	10 a 15	147	9,1	2,1	350	896,91
parcial manhã	58,47	17,90	8,12	230,73	36,04	2,54	62,12	378,52
recomendação	53 a 62	10 a 14	6,5 a 13	63	3,9	0,9	150	384,39
parcial tarde	40,99	12,97	6,69	70,30	35,90	1,61	47,15	274,87
recomendação	53 a 62	10 a 14	6,5 a 13	63	3,9	0,9	150	384,39

Naiara T. Raitz CRN8-5976, Lovaine C. Lovinske CRN8-7261, Solange P. Caldas CRN8-2675

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHÃO - SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
 CARDÁPIO INVERNO - CMEI  
 MODALIDADE DE ENSINO - Educação Infantil / FAIXA ETÁRIA 1 A 3 anos

HORÁRIOS / REFEIÇÃO	Segunda Feira 22/05/2023	Terça feira 23/05/2023	Quarta feira 24/05/2023	Quinta feira 25/05/2023	Sexta feira 26/05/2023
<b>DESJEJUM 8:00 A 8:30</b>	Ovo cozido Chá de erva doce sem açúcar	Leite integral Pão de vegetais com manteiga	Leite integral Bolacha de aveia	Leite integral pão de milho com manteiga	<b>Leite integral</b> Bolo de maçã
<b>LANCHE DA MANHÃ 9:00 a 9:30</b>	Banana	Pêra	Maçã	Mamão	Ponkan
<b>ALMOÇO 11:00</b>	Feijão preto Macarrão integral com frango	Arroz colorido (cenoura, ervilha) Feijão Preto Músculo com batata Couve flor	Quirera com pernil Feijão preto Couve manteiga refogada	Arroz integral com Espinafre Feijão carioca Carne com Legumes (músculo, cenoura, batata)	Arroz integral Feijão Preto Aipim cozido Frango ensopado <b>Couve flor</b>
<b>LANCHE DA TARDE 14:00</b>	Leite integral Abacate com leite em pó	Leite integral Banana	Leite integral Laranja	Leite integral Ponkan	Leite integral Maçã
<b>JANTAR 16:00</b>	Risoto de fra Feijão carioca	Suco de uva integral Torta de frango	Caldo 4 ( Carne moída, arroz integral, berinjela, cenoura, repolho)	Caldo de carne com farinha de milho	Arroz integral com espinafre Feijão preto Frango com batata salsa Couve flor

**•Em cumprimento a Resolução nº6 de 08 de maio de 2020 fica proibido a adição de açúcar ou alimentos açucarados na alimentação dos alunos menores de 3 anos.**

- Crianças entre 6 a 7 meses devem se alimentar com alimentos amassados com o garfo deve ter aspecto de purê ou papa
- Crianças entre 8 a 11 meses devem consumir alimento que tenham textura normal porem pedaços pequenos
- Crianças entre 1 a 2 anos, textura do alimento normal
- Crianças entre 2 a 6 anos textura do alimento normal
- O alimento deve ser oferecido para a criança em pratos com colheres apropriadas para a idade, a água e outros líquidos recomenda-se o uso de copinhos.
- Os alimentos devem ser oferecidos separadamente, para que a criança aprenda a identificar cores e sabores, colocar as porções de cada alimento no prato sem misturá-las



### Composição nutricional

	CARB	PROT	LIP	VIT A	VIT C	FE	CA	Y.E.T.
Integral praticado	117,01	39,36	22,13	262,82	85,37	4,01	322,00	824,67
recomendação	123 a 146	22,5 a 26,5	10 a 15	147	9,1	2,1	350	896,91
parcial manhã	71,05	25,53	14,90	154,75	46,09	2,64	259,72	520,40
recomendação	53 a 62	10 a 14	6,5 a 13	63	3,9	0,9	150	384,39
parcial tarde	45,96	13,83	7,23	108,07	39,27	1,37	62,29	304,28
recomendação	53 a 62	10 a 14	6,5 a 13	63	3,9	0,9	150	384,39

Naiara T. Raitz CRN8-5976, Lovaine C. Lovinske CRN8-7261, Solange P. Caldas CRN8-2675

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHÃO - SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE  
 CARDÁPIO INVERNO - CMEI  
 MODALIDADE DE ENSINO - Educação Infantil / FAIXA ETÁRIA 1 A 3 anos

HORÁRIOS / REFEIÇÃO	Segunda Feira 29/05/2023	Terça feira 30/05/2023	Quarta feira 31/05/2023	Quinta feira 01/06/2023	Sexta feira 02/06/2023
DESJEJUM 8:00 A 8:30	Omelete simples com tomate Chá de camomila sem açúcar	Leite integral Pão integral com nata	Leite integral Pão de vegetais com queijo	Leite integral Pão com nata	Leite integral Mingau de aveia com uva passas
LANCHE DA MANHÃ 9:00 a 9:30	Maçã	Banana	Caqui	Laranja	Maçã
ALMOÇO 11:00	Arroz integral Lentilha Pernil suíno Repolho refogado	Arroz integral Feijão preto Frango com batata salsa Beterraba cozida	Arroz integral Feijão Carioca Carne com Legumes ( músculo, cenoura, batata)	Arroz integral Feijão preto Peixe assado Brócolis	Feijão Preto Macarrão a bolonhesa Beterraba cozida
LANCHE DA TARDE 14:00	Leite integral Biscoito de polvilho sem lactose	Leite integral melão	Leite integral Ponkan	Leite integral manga	Leite integral Banana com aveia
JANTAR 16:00	Mingau de alho e ovo	Caldo 8 ( carne moída, feijão preto, batata, chuchu, couve manteiga)	Feijão carioca Risoto a primavera (arroz, brócolis, cenoura, couve flor, estrato de tomate, vagem) Cenoura refogada	Caldo 9 (frango, feijão preto, mandioca, couve flor,espinafre, vagem)	Quirera com frango feijão preto Couve manteiga refogada

**•Em cumprimento a Resolução nº6 de 08 de maio de 2020 fica proibido a adição de açúcar ou alimentos açucarados na alimentação dos alunos menores de 3 anos.**

- Crianças entre 6 a 7 meses devem se alimentar com alimentos amassados com o garfo deve ter aspecto de purê ou papa
- Crianças entre 8 a 11 meses devem consumir alimento que tenham textura normal porem pedaços pequenos
- Crianças entre 1 a 2 anos, textura do alimento normal
- Crianças entre 2 a 6 anos textura do alimento normal
- O alimento deve ser oferecido para a criança em pratos com colheres apropriadas para a idade, a água e outros líquidos recomenda-se o uso de copinhos.
- Os alimentos devem ser oferecidos separadamente, para que a criança aprenda a identificar cores e sabores, colocar as porções de cada alimento no prato sem misturá-las



### Composição nutricional

	CARB	PROT	LIP	VIT A	VIT C	FE	CA	Y.E.T.
Integral praticado	132,38	48,34	24,65	369,54	53,00	5,88	567,41	944,75
recomendação	123 a 146	22,5 a 26,5	10 a 15	147	9,1	2,1	350	896,91
parcial manhã	74,99	27,96	14,06	177,06	26,58	3,62	315,12	538,29
recomendação	53 a 62	10 a 14	6,5 a 13	63	3,9	0,9	150	384,39
parcial tarde	57,39	20,78	10,60	192,48	26,42	2,26	252,29	406,46
recomendação	53 a 62	0 a 1	6,5 a 13	63	3,9	0,9	150	384,39

Naiara T. Raitz CRN8-5976, Lovaine C. Lovinske CRN8-7261, Solange P. Caldas CRN8-2675