

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL –PRÉ ESCOLA – DIURNO

- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 4 a 5 anos PERÍODO: PARCIAL E INTEGRAL (30% e 70% das necessidades nutricionais diárias)

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 02/08	3ª FEIRA 03/08	4ª FEIRA 04/08	5ª FEIRA 05/08	6ª FEIRA 06/08
Café Manhã ou lanche Tarde	- Biscoito (sem gordura trans) - Café com leite (com açúcar)	- Panqueca de batata doce (batata doce, farinha trigo,ovo) - Batida de banana (sem açúcar)	- Pão de forma sem gordura trans - Margarina (sem gordura trans) - Café com leite (com açúcar)	- Pizza caseira de queijo com molho caseiro de tomate - Batida de banana (sem açúcar)	- Pão de forma sem gordura trans com chimia - Café com leite (com açúcar)
Almoço / Jantar	- Feijão - Arroz - Ovo mexido - Cenoura cozida - Maçã	- Feijão - Arroz - Escondidinho de batata inglesa e frango com molho caseiro de tomate - Tomate - Banana	- Feijão - Carreteiro de frango - Repolho refogado - Laranja	- Feijão - Arroz - Massa com molho caseiro de tomate e frango - Moranga refogada - Banana	- Feijão - Arroz - Panqueca de frango - Alface - Mamão fatia
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 4- 5 anos 30%	Energia (Kcal) 439	Carboidratos (g) 64	Proteínas (g) 15	Lípídeos (g) 14
	Idade 4- 5 anos 70%	Energia (Kcal) 998	Carboidratos (g) 152	Proteínas (g) 37	Lípídeos (g) 27

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL – PRÉ ESCOLA – DIURNO

- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 4 a 5 anos PERÍODO: PARCIAL E INTEGRAL (30% e 70% das necessidades nutricionais diárias)

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 09/08	3ª FEIRA 10/08	4ª FEIRA 11/08	5ª FEIRA 12/08	6ª FEIRA 13/08
Lanche Manhã ou lanche Tarde	- Biscoito (sem gordura trans) - Leite* com achocolatado (*Se dia frio, servir quente)	- Panqueca americana salgada (farinha, sal, ovo) - Batida de banana (sem açúcar)	- Omelete - Café com leite (com açúcar)	- Sanduíche natural (pão forma integral sem g trans, maionese caseira de leite, tomate) - Batida de banana e maçã (sem açúcar)	- Pão de forma sem gordura trans com margarina) - Leite* com achocolatado (*Se dia frio, servir quente)
Almoço e Jantar	- Feijão - Arroz - Massa com molho caseiro de tomate e atum - - Beterraba cozida - Mamão	- Feijão - Arroz - Escondidinho de polenta com frango e molho caseiro de tomate - Repolho ralado - Banana	- Feijão - Carreteiro de moída de frango - - Tomate rodela - Maçã	- Feijão - Arroz - Moída de frango com ovo cozido picado e tempero verde - Cenoura cozida - Mamão	- Feijão - Arroz - Polenta - Moída de frango com molho caseiro de tomate - Couve manteiga refogada - Melão
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 4- 5 anos 30%	Energia (Kcal) 433	Carboidratos (g) 63	Proteínas (g) 15	Lipídeos (g) 13
	Idade 4- 5 anos 70%	Energia (Kcal) 989	Carboidratos (g) 149	Proteínas (g) 37	Lipídeos (g) 28

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL –PRÉ ESCOLA – DIURNO

- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 4 a 5 anos PERÍODO: PARCIAL E INTEGRAL (30% e 70% das necessidades nutricionais diárias)

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 16/08	3ª FEIRA 17/08	4ª FEIRA 18/08	5ª FEIRA 19/08	6ª FEIRA 20/08
Café Manhã ou lanche tarde	- Biscoito (sem gordura trans) - Café com leite (com açúcar)	- Panqueca americana de banana (farinha, ovo, banana) - Batida de maçã (sem açúcar) *Pré preparo do pastel	- Pastel caseiro de forno de queijo (farinha trigo, água, óleo, sal) - Batida de maçã (sem açúcar)	- Pão forma s/ gordura trans com nata - Café com leite (com açúcar)	- Pão forma c/ chimia - Batida de banana (sem açúcar)
Almoço e Jantar	- Feijão - Arroz colorido (ovo cozido/mexido + tomate picado + tempero verde) - Mamão	- Lentilha - Carreteiro de cubos - Chuchu picado - Abacaxi picado	- Feijão - Arroz - Escondidinho de batata doce com moída de gado - Cenoura cozida rodela - Maçã	- Lentilha - Carreteiro de frango - Couve manteiga refogada - Mamão picado	- Feijão - Arroz - Panqueca de gado - Alface - Banana
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 4- 5 anos 30%	Energia (Kcal) 432	Carboidratos (g) 63	Proteínas (g) 15	Lipídeos (g) 14
	Idade 4- 5 anos 70%	Energia (Kcal) 996	Carboidratos (g) 154	Proteínas (g) 36	Lipídeos (g) 27

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL –PRÉ ESCOLA – DIURNO

- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 4 a 5 anos PERÍODO: PARCIAL E INTEGRAL (30% e 70% das necessidades nutricionais diárias)

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 23/08	3ª FEIRA 24/08	4ª FEIRA 25/08	5ª FEIRA 26/08	6ª FEIRA 27/08
Café Manhã ou lanche Tarde	- Biscoito (sem gordura trans) - Café com leite (com açúcar)	- Panqueca americana de moranga (moranga,ovo,farinha trigo,sal) - Batida de maçã (sem açúcar)	- Pão de forma s/ gordura com nata - Leite com achocolatado	- Pão forma s/ gordura trans com patê de cenoura (maionese caseira de leite,cenoura,sal) - Batida de banana e maçã (sem açúcar)	
Refeição	- Feijão - Arroz - Ovo mexido - Repolho roxo ralado - Banana *Pré preparo da moranga (higienizar, descascar e picar)	- Feijão - Carreteiro de moída de gado - Beterraba cozida - Laranja	- Feijão - Arroz - Massa bolonhesa (massa, molho caseiro de tomate, moída gado) - Cenoura cozida - Melão	- Feijão - Arroz - Ovo cozido - Alface - Mamão	

Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 4- 5 anos 30%	Energia (Kcal) 437	Carboidratos (g) 62	Proteínas (g) 15	Lipídeos (g) 14
	Idade 4- 5 anos 70%	Energia (Kcal) 1029	Carboidratos (g) 155	Proteínas (g) 38	Lipídeos (g) 29

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL –PRÉ ESCOLA – DIURNO

- Cardápio sujeito a alterações.

ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 6 a 15 anos PERÍODO: PARCIAL E INTEGRAL (30% e 70% das necessidades nutricionais diárias)

AGOSTO/2021

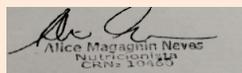
	2ª FEIRA 30/08	3ª FEIRA 31/08	4ª FEIRA 01/09	5ª FEIRA 02/09	6ª FEIRA 03/09
Café Manhã ou lanche Tarde	Biscoito (sem gordura trans) + café com leite (com açúcar) *Pré preparo dos nuggets e congelar	Panqueca caseira de banana (banana, farinha trigo, ovo) + batida de banana (sem açúcar) *Pré preparo dos nuggets e congelar	Pão de forma sem gordura trans com margarina + café com leite (com açúcar) *Pré preparo dos nuggets e congelar	Sanduíche natural (pão de forma integral sem gordura trans com queijo e alface) + suco de mamão (sem açúcar)	Nuggets de vegetais (aveia, cenoura, batata doce, farinha de milho para empanar, sal, temperos naturais)+ suco de abacaxi (com açúcar)
Refeição	- Feijão - Arroz - Omelete com cenoura ralada - Tomate rodela - Maçã	- Feijão - Arroz - Estrogonofe de gado - Chuchu picado - Banana	- Feijão - Carreteiro de moída de gado - Moranga refogada - Melão	- Feijão - Arroz - Carne de panela com batata inglesa picada - Cenoura cozida - Mamão	- Feijão - Arroz - Massa com molho tomate e moída de gado - Beterraba cozida - Abacaxi
Análise Nutricional (Média Semanal)	Idade 4- 5 anos 30%	Energia (Kcal) 425	Carboidratos (g) 61	Proteínas (g) 15	Lipídeos (g) 14
	Idade 4- 5 anos 70%	Energia (Kcal) 993	Carboidratos (g) 152	Proteínas (g) 37	Lipídeos (g) 27

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CANOAS/RS
RECOMENDAÇÕES NUTRICIONAIS PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

** Valores de referência de acordo com a resolução 06 de 08 de maio de 2020/FNDE.

Análise Nutricional (Média Mensal)	Recomendações com 30% das necessidades nutricionais diárias para Idade 4-5 anos	Energia(kcal)	Carboidratos(g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
			405	56-66	10-15
Análise Nutricional (Média Mensal)	Recomendações com 70% das necessidades nutricionais diárias para Idade 4-5 anos	Energia(kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
		945	130-154	24-35	26-37

Nutricionista Responsável Técnico: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460

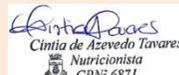


Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN2 10460

Quadro Técnico: Adriana Rech CRN2 7091 –
Cíntia Tavares CRN2 6871



Adriana Rech
Nutricionista
CRN2 7091



Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN2 6871