

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

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL –PRÉ ESCOLA – DIURNO

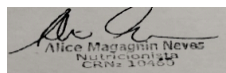
- Cardápio sujeito a alterações.

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

DEZEMBRO/2021

	2ª FEIRA 06/12	3ª FEIRA 07/12	4ª FEIRA 08/12	5ª FEIRA 09/12	6ª FEIRA 10/12
Café Manhã ou lanche Tarde	- Biscoito (sem gordura trans) -Milkshake de banana (Banana congelada,leite) (sem açúcar)	- Panqueca americana de banana com canela em pó (farinha de trigo, banana, ovo, canela em pó) -Milkshake de banana (Banana congelada,leite) (sem açúcar) *Preparar e congelar a bolinha*congelar a banana	-Bolinha de batata (batata inglesa com amido e sal) -Suco natural de melancia com banana congelada (sem açúcar)	- Bolo de laranja com canela em pó (farinha trigo, óleo, açúcar, ovo, fermento, laranja, canela em pó,leite) - Milkshake de banana (Banana congelada,leite) (sem açúcar)	- Pão de forma sem gordura trans com margarina sem gordura trans - Batida de maçã com cacau 100% (sem açúcar)
Almoço/Jantar	-Feijão -Arroz -Omelete - Repolho ralado - Mamão	-Feijão -Arroz -Frango em cubos com batata doce -Beterraba -Laranja	-Feijão -Arroz -Escondidinho de polenta com moída de gado e molho caseiro de tomate -Alface -Melancia	-Feijão -Arroz - Estrogonofe de gado (molho branco-farinha de trigo, leite e sal-molho caseiro de tomate e carne em cubos) -Cenoura -Maçã	-Feijão -Risoto de frango -Chuchu cozido -Manga
Análise Nutricional (média semanal)	Idade 4-5 anos 30% (Período parcial)	Energia (kcal) 433	Carboidratos (g) 65	Proteínas (g) 14	Lipídeos (g) 13
	Idade 4-5 anos 70% (Período integral)	Energia (kcal) 950	Carboidratos (g) 150	Proteínas (g) 30	Lipídeos (g) 26

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460


Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN2 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN 7091/ Cíntia Tavares – CRN 6871


Adriana Rech
Nutricionista
CRN 7091


Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN 6871

Se muito calor, servir sucos e batidas frios (deixar na geladeira).

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

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL –PRÉ ESCOLA – DIURNO

- Cardápio sujeito a alterações.

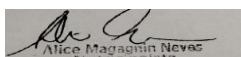
ZONA: URBANA FAIXA ETÁRIA: 4 a 5 anos PERÍODO: PARCIAL E INTEGRAL (30% e 70% das necessidades nutricionais diárias)

DEZEMBRO/2021

	2ª FEIRA 13/12	3ª FEIRA 14/12	4ª FEIRA 15/12	5ª FEIRA 16/12	6ª FEIRA 17/12 COMEMORAÇÃO FINAL DE ANO
Lanche Manhã ou lanche Tarde	- Biscoito sem gordura trans - Leite com chocolate (cacau 33%)	- Pizza caseira de queijo com molho caseiro de tomate (farinha, ovo, sal, molho caseiro tomate, queijo) - Batida de banana (sem açúcar)	- Salada de frutas (banana, melancia, abacaxi e suco natural de laranja) (sem açúcar)	- Bolo com chocolate solúvel em pó (farinha trigo, óleo, açúcar, ovo, fermento, leite e chocolate solúvel em pó 32%) - Milkshake de banana (banana congelada com leite) (sem açúcar)	MANHÃ: Pão de forma s/ gordura trans com doce de fruta - Milkshake de banana com cacau 100% (sem açúcar) TARDE: Hamburguinho caseiro (pão caseiro tipo hambúrguer, hambúrguer caseiro de moída de gado, queijo, alface, maionese caseira de leite) - Pipoca com sal - Suco natural de laranja (com açúcar)
Almoço e Jantar	- Feijão - Arroz - Salada de ovo cozido picado com tomate - Tomate - Maçã *Pré preparo da moranga	- Feijão - Arroz - Escondidinho de moranga com frango desfiado e molho caseiro de tomate - Beterraba - Melancia	- Feijão - Arroz - Massa com molho caseiro de tomate e moída de gado - Cenoura ralada - Abacaxi	- Feijão - Carreteiro de moída de gado - Alface - Mamão	- Feijão - Arroz - Fricassê de frango - Couve manteiga refogada - Laranja
Análise Nutricional (média semanal)	Idade 4-5 anos 30% (Período parcial)	Energia (kcal) 430	Carboidratos (g) 66	Proteínas (g) 14	Lipídeos (g) 13
	Idade 4-5 anos 70% (Período integral)	Energia (kcal) 958	Carboidratos (g) 155	Proteínas (g) 31	Lipídeos (g) 25

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN 7091/ Cíntia Tavares – CRN 6871


Alice Magagnin Neves
Nutricionista


Adriana Rech
Nutricionista
CRN 7091


Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN 6871

Se muito calor, servir sucos e batidas frios (deixar na geladeira).

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

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL –PRÉ ESCOLA – DIURNO

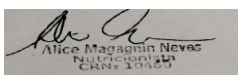
- Cardápio sujeito a alterações.

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

DEZEMBRO/2021

	2ª FEIRA 20/12	3ª FEIRA 21/12	4ª FEIRA 22/12	5ª FEIRA 23/12	6ª FEIRA 24/12
Café Manhã ou lanche tarde	- Biscoito sem gordura trans - Batida de maçã (sem açúcar)	- Pão caseiro (farinha trigo, fermento, sal, óleo, açúcar, água) com maionese caseira de leite - Milkshake de banana (banana congelada e leite) (sem açúcar)	- Creminho de amido com banana (amido, leite, banana) (sem açúcar) - Milkshake de banana (banana congelada e leite) (sem açúcar)	- Biscoito sem gordura trans (amido, leite, maçã) (sem açúcar) - Suco natural de maçã (sem açúcar)	RECESSO
Almoço e Jantar	-Feijão -Arroz -Sufilê de cenoura (farinha trigo, ovo, óleo, cenoura, ovo, queijo mussarela) -Chuchu cozido -Laranja	<u>“Adaptação”</u> -Feijão -Carreteiro (as carnes que estão na escola) -Batata doce cozida -Banana	<u>“Adaptação”</u> -Feijão -Carreteiro (as carnes que estão na escola) -Salada (conforme estoque) -Fruta (conforme estoque)	<u>“Adaptação”</u> -Feijão -Arroz -Macarrão com molho de tomate e atum -Salada (conforme estoque) -Fruta (conforme estoque)	
Análise Nutricional (média semanal)	Idade 4-5 anos 30% (Período parcial)	Energia (kcal) 461	Carboidratos (g) 64	Proteínas (g) 14	Lipídeos (g) 16
	Idade 4-5 anos 70% (Período integral)	Energia (kcal) 1058	Carboidratos (g) 154	Proteínas (g) 30	Lipídeos (g) 36

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460


Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN2 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN 7091/ Cíntia Tavares – CRN 6871


Adriana Rech
Nutricionista
CRN 7091


Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN 6871

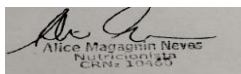
Se muito calor, servir sucos e batidas frios (deixar na geladeira).

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)
	Recomendações com 70% das necessidades nutricionais diárias para Idade 4-5 anos	Energia(kcal)	Carboidratos (g)	Proteínas (g)	Lipídios (g)
		405	56-66	10-15	11-16
		945	130-154	24-35	26-37

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin
 Neves – CRN2 10460



Alice Magagnin Neves
 Nutricionista
 CRN2 10460

Nutricionistas Quadro Técnico: Adriana Rech – CRN
 7091/ Cíntia Tavares – CRN 6871



Adriana Inhaia Rech
 Nutricionista
 CRN 7091 D



Cíntia de Azevedo Tavares
 Nutricionista
 CRN 6871