

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

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL –PRÉ ESCOLA – DIURNO

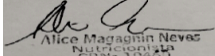
- Cardápio sujeito a alterações.

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

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 06/09	3ª FEIRA 07/09	4ª FEIRA 08/09	5ª FEIRA 09/09	6ª FEIRA 10/09
Café Manhã ou lanche Tarde	- Biscoito (sem gordura trans) - Café com leite (com açúcar)	FERIADO	- Pão de forma sem gordura trans com chimia - Café com leite (com açúcar)	- Pizza caseira de queijo com molho caseiro de tomate (farinha,ovo,sal,molho caseiro tomate,queijo) - Suco de mamão (sem açúcar)	- Pão de forma sem gordura trans com maionese caseira de leite e tomate - Batida de maçã e banana (sem açúcar)
Almoço/Jantar	- Feijão - Arroz - Torta de forno de ovo e legumes (ovo, aveia, cenoura, farinha trigo,sal,temperos) - Couve manteiga refogada - Laranja		- Feijão - Arroz - Ovo mexido - Cenoura ralada - Mamão	- Feijão - Arroz - Massa bolonhesa (molho caseiro de tomate com moída de gado) - Alface - Banana	- Feijão - Carreteiro de cubos - Beterraba cozida - Maçã
Análise Nutricional (média semanal)	Idade 4-5 anos 30%	Energia (kcal) 449	Carboidratos (g) 65	Proteínas (g) 15	Lipídeos (g) 15
	Idade 4-5 anos 70%	Energia (kcal) 967	Carboidratos (g) 147	Proteínas (g) 31	Lipídeos (g) 29

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460


Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN 10460

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


Adriana Rech
Nutricionista
CRN 7091


Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN 6871

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

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL –PRÉ ESCOLA – DIURNO

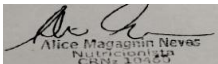
- Cardápio sujeito a alterações.

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

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 13/09	3ª FEIRA 14/09	4ª FEIRA 15/09	5ª FEIRA 16/09	6ª FEIRA 17/09 COMEMORAÇÃO SEMANA FARROUPILHA
Lanche Manhã ou lanche Tarde	- Biscoito sem gordura trans - Leite com achocolatado	-Panqueca americana de moranga (farinha, ovo,sal,moranga) - Batida de maçã (sem açúcar) *Pré preparo da salada de frutas do café da manhã	- Salada de frutas (banana,abacaxi,maçã picados com suco natural de laranja) – sem açúcar *Deixar aveia para o aluno colocar na salada, se quiser **Pré preparo do croquete, congelar	- Pão de forma sem gordura trans com maionese verde de leite caseira - Suco de laranja (com açúcar) **Pré preparo do croquete, congelar	- Croquete caseiro (moída de gado, farinha trigo,sal) - Suco de abacaxi (sem açúcar)
Almoço e Jantar	- Feijão - Arroz - Massa com molho caseiro de tomate e atum Beterraba cozida - Mamão	- Feijão - Risoto de frango - Cenoura cozida - Banana	- Feijão - Arroz - Escondidinho de polenta com moída de gado com molho de tomate caseiro - Tomate rodela - Laranja	- Feijão - Carreteiro de cubos de gado c/ ovo picado e tempero verde - Repolho refogado - Maçã	- Feijão - Arroz - Espetinho de frango OU frango grelhado - Salada de batata com ovo cozido picado e cebola - Pãozinho de alho -Abacaxi
Análise Nutricional (média semanal)	Idade 4-5 anos 30%	Energia (kcal) 410	Carboidratos (g) 61	Proteínas (g) 15	Lipídeos (g) 12
	Idade 4-5 anos 70%	Energia (kcal) 910	Carboidratos (g) 144	Proteínas (g) 33	Lipídeos (g) 27

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

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

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL –PRÉ ESCOLA – DIURNO

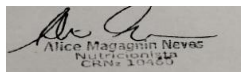
- Cardápio sujeito a alterações.

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

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 20/09	3ª FEIRA 21/09	4ª FEIRA 22/09	5ª FEIRA 23/09	6ª FEIRA 24/09
Café Manhã ou lanche tarde	FERIADO	- Biscoito sem gordura trans - Café com leite (com açúcar)	- Pão de forma sem gordura trans com nata - Batida de maçã (sem açúcar)	- Pão forma s/ gordura trans com requeijão - Suco de mamão (sem açúcar) *Pré preparo da salada de frutas do café da manhã, armazenar fruta picada em pote com tampa na geladeira	- Salada de frutas (banana,mamão,maçã picados com suco natural de laranja) – sem açúcar
Almoço e Jantar		- Feijão - Arroz - Legumes Gratinados (chuchu,cenoura, molho branco, queijo,sal) - Ovo cozido - Maçã	- Feijão - Carreteiro de moída de gado com molho caseiro de tomate - Beterraba cozida - Melão	- Feijão - Arroz - Carne de panela com batata doce - Cenoura ralada - Mamão picado	- Feijão - Arroz - Panqueca de moída de gado - Alface - Laranja
Análise Nutricional (média semanal)	Idade 4-5 anos 30%	Energia (kcal) 406	Carboidratos (g) 59	Proteínas (g) 14	Lipídeos (g) 13
	Idade 4-5 anos 70%	Energia (kcal) 946	Carboidratos (g) 143	Proteínas (g) 32	Lipídeos (g) 27

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460


Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN 10460

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


Adriana Rech
Nutricionista
CRN 7091


Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN 6871

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

CARDÁPIO DO ENSINO INFANTIL –PRÉ ESCOLA – DIURNO

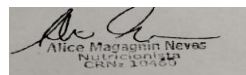
- Cardápio sujeito a alterações.

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

AGOSTO/2021

	2ª FEIRA 27/09	3ª FEIRA 28/09	4ª FEIRA 29/09	5ª FEIRA 30/09	6ª FEIRA 01/10
Café Manhã ou lanche Tarde	- Biscoito (sem gordura trans) - Suco de laranja (com açúcar)	- Panqueca americana salgada gratinada (ovo, farinha trigo, sal), colocar 1 fatia de queijo em cima da panqueca e deixar no forno p/ o queijo derreter - Café com leite (com açúcar)	- Pão de forma s/ gordura trans com nata - Batida de maçã e banana (sem açúcar)	- Pão forma s/ gordura trans com maionese caseira de leite - Batida de banana (sem açúcar)	- Pastel caseiro de forno de banana (farinha trigo, água, óleo, sal-recheio de banana) - Suco de mamão (sem açúcar)
Refeição	- Feijão - Arroz - Omelete - Repolho ralado - Laranja	- Feijão - Arroz - Fricassê de frango - cenoura cozida - Mamão	- Feijão - Arroz - Escondidinho de moranga cabotia com moída gado e molho caseiro de tomate - Alface - Maçã	- Feijão - Carreteiro de cubos de gado - Beterraba cozida - Banana	- Feijão - Arroz - Massa bolonhesa (moída gado, molho de tomate caseiro) - Mamão
Análise Nutricional (média semanal)	Idade 4-5 anos 30%	Energia (kcal) 431	Carboidratos (g) 61	Proteínas (g) 15	Lipídeos (g) 14
	Idade 4-5 anos 70%	Energia (kcal) 991	Carboidratos (g) 150	Proteínas (g) 31	Lipídeos (g) 26

Nutricionista Responsável Técnica: Alice Magagnin Neves – CRN2 10460


Alice Magagnin Neves
Nutricionista
CRN 10460

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


Adriana Rech
Nutricionista
CRN 7091

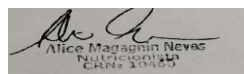

Cíntia de Azevedo Tavares
Nutricionista
CRN 6871

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