

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 3 a 5 anos

HORÁRIOS / REFEIÇÃO	Segunda Feira 05/09/2022	Terça feira 06/09/2022	Quarta feira 07/09/2022	Quinta feira 08/09/2022	Sexta feira 09/09/2022
LANCHE DA MANHÃ 8:30	chá de camomila com leite 1 colher de chá de açúcar Farofa de ovo	Leite Pão de abóbora com nata	suco de uva integral pão com ovo laranja	Chocolate quente(cacau) Bolo agricultor Mamão	Cereal matinal sem açúcar c/leite Banana
ALMOÇO 11:00	Feijão Preto Couve Manteiga Refogada Quirera com Pernil quibebe de abóbora	Arroz integral Ervilha Partida Abobrinha Colorida (tomate, ervilha e milho verde) Ovo mexido	Arroz integral com espinafre Feijão Carioca músculo com legumes (batata, batata salsa, cenoura) Alface Americana	Feijão Preto Macarrão com frango Brócolis	Feijão Preto Arroz integral à Grega Beterraba Cozida Carne moída com pts
LANCHE DA TARDE 14:00	Mingau de aveia com banana	suco de laranja pão francês com ovo mexido Maçã	pão de milho com nata Leite Ponkan	Vitamina 3 (formula infantil ou leite UHT, abacate, aveia, mamão) bolacha caseira	logurte natural com mamão
JANTAR 16:00	arroz integral feijão preto carne moída seleta	Polenta Nutritiva (cenoura, tomate, molho de tomate, milho verde) Feijão preto Beterraba cozida	Caldo 2 (batata, berinjela, beterraba, filé de frango, macarrão)	leite quente Farofa de Ovo com Espinafre	Caldo 7 (frango, feijão carioca, batata salsa, couve, aveia, arroz integral)



N. Haitz *LP* *J.*
 Naiara T. Haitz CRN8-5976, Lovaine C. Levinske CRN8-7261, Solange P. Caldas CRN8-2675

Composição nutricional

RECOMENDAÇÃO INTEGRAL	CA RB	PROT	LIP	NA	V.E.T.
JARDIM	154,00	35,00	16,00	1400,00	945,00
Integral	142,85	60,94	36,33	771,75	1142,16
Recomendação Parcial	CA RB	PROT	LIP	NA	V.E.T.
JARDIM	61,00	14,00	13,00	600,00	405,00
manhã	87,05	41,81	24,09	564,34	732,23
tarde	55,80	19,14	12,24	207,41	409,93

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 3 a 5 anos

HORÁRIOS / REFEIÇÃO	Segunda Feira 12/09/2022	Terça feira 13/09/2022	Quarta feira 14/09/2022	Quinta feira 15/09/2022	Sexta feira 16/09/2022
LANCHE DA MANHÃ 8:30	Mingau de aveia com uva passas	Leite com farinha de Milho	chá de hortelã com leite 1 colher de chá de açúcar pão francês c/ ovo mexido Maçã	Leite Bolacha caseira Banana	Suco de Uva Integral Bolo de banana laranja
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 Sauté Músculo Brócolis	Feijão Carioca Legumes refogados Macarrão a bolonhesa	Arroz integral Feijão Preto Omelete de Temperos Acelga com Cenoura
LANCHE DA TARDE 14:00	Leite farofa de ovo	Mamão aveia chá de hortelã sem açúcar com leite pão caseiro com requeijão	Chocolate quente(cacau) Pão integral Patê de aveia com sardinha Ponkan	Cereal matinal sem açúcar com leite banana	Suco de Uva Integral Bolo agricultor
JANTAR 16:00	Caldo 9 (frango, feijão preto, mandioca, couve flor,espinafre, vagem)	Risoto de Frango (arroz parboilizado, ervilha, extrato de tomate, tomate, milho verde, peito de frango)	Caldo 10 (frango, lentilha, abobrinha, batata salsa, macarrão)	Quirera Pernil Suíno feijão	Caldo 4 (Carne moída, arroz integral, berinjela, cenoura, repolho)



N. F. F.
LP
J.
 Naiara T. Faitz CRN8-5976, Lovaine L. Levinske CRN8-7261, Solange P. Caldas CRN8-2675

Composição nutricional

RECOMENDAÇÃO INTEGRAL	CARB	PROT	LIP	NA	V.E.T.
JARDIM	154,00	35,00	16,00	1400,00	945,00
Integral	171,13	65,67	39,10	889,58	1299,14
Recomendação Parcial	CARB	PROT	LIP	NA	V.E.T.
JARDIM	61,00	14,00	13,00	600,00	405,00
manhã	81,71	33,27	21,26	438,11	651,23
tarde	89,42	32,39	17,85	451,47	647,91

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 3 a 5 anos

HORÁRIOS / REFEIÇÃO	Segunda Feira 19/09/2022	Terça feira 20/09/2022	Quarta feira 21/09/2022	Quinta feira 22/09/2022	Sexta feira 23/09/2022
LANCHE DA MANHÃ 8:30	leite e farinha de milho	chá de camomila com leite 1 colher de chá de açúcar pão integral com nata	leite quente Bolacha caseira Maçã	suco de laranja integral Pão de francês com ovo mexido Mamão	Mingau de aveia com maçã
ALMOÇO 11:00	Feijão Carioca Macarrão Integral com Sardinha Salada de Repolho	Arroz Integral á Grega (cenoura) Ervilha Partida músculo com legumes (batata, batata salsa, cenoura) Acelga	Feijão Preto Couve Manteiga Refogada Quirera com Pernil Tomate	Feijão Carioca Arroz integral com espinafre Carne com Legumes (músculo, cenoura, batata) Couve Flor	Arroz integral Feijão Preto Aipim cozido Frango Ensopado Salada de Agrião
LANCHE DA TARDE 14:00	suco de uva integral rosquinha de polvilho	Leite Bolacha banana	Bolo de maçã Chocolate quente(cacau) laranja	Vitamina 3 (formula infantil ou leite UHT, abacate, aveia, mamão)	suco de laranja Pão de integral com nata
JANTAR 16:00	Caldo 10 (frango, lentilha, abobrinha, batata salsa, macarrão)	Macarrão com sardinha e brócolis Salada de Alface com Azedinha	Caldo 4 (Carne moída, arroz integral, berinjela, cenoura, repolho)	Caldo de Carne com Farinha de Milho feijão preto	arroz integral com espinafre feijão preto frango com batata salsa acelga



N. Faltz *LP* *J.*

Naiara T. Faltz CRN8-5976, Lovaine Levinske CRN8-7261, Solange P. Caldas CRN8-2675

Composição nutricional

RECOMENDAÇÃO INTEGRAL	CARB	PROT	LIP	NA	V.E.T.
JARDIM	154,00	35,00	16,00	1400,00	945,00
Integral	147,55	50,85	31,18	668,52	1074,28
Recomendação Parcial	CARB	PROT	LIP	NA	V.E.T.
JARDIM	61,00	14,00	13,00	600,00	405,00
m anã	64,06	22,72	12,14	236,57	456,36
tarde	83,49	28,13	19,05	431,94	617,92

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 3 a 5 anos

HORÁRIOS / REFEIÇÃO	Segunda Feira 26/09/2022	Terça feira 27/09/2022	Quarta feira 28/09/2022	Quinta feira 29/09/2022	Sexta feira 30/09/2022
LANCHE DA MANHÃ 8:30	leite integral farofa de ovo	Chocolate quente(cacau) Pão caseiro com requeijão Maçã	chá de hortelã com leite 1 colher de chá de açúcar Farofa de Ovo com Espinafre	Leite Pão de Forma C/ nata Mamão	suco de uva bolo de banana
ALMOÇO 11:00	Arroz integral Lentilha Purê de Abóbora Pernil Suíno	Arroz integral Feijão Carioca Frango com Batata Salsa Alface Americana	Arroz integral Feijão Preto Carne com legumes (músculo, cenoura e batata) Couve Manteiga	Arroz integral Peixe Ensopado Tia Neiva	Feijão Preto macarrão com carne moída e legumes Salada de Rúcula
LANCHE DA TARDE 14:00	leite com farinha de milho	Vitamina 3 (formula infantil ou leite UHT, abacate, aveia, mamão) Bolo de Cenoura	suco de laranja pão integral com ovo mexido	salada de frutas (abacaxi, banana, mamão, melão)	leite com uva passas Patê de aveia com sardinha Pão integral kiwi
JANTAR 16:00	quirera com frango feijão preto	Caldo 8 (carne moída, feijão preto, batata, chuchu, couve manteiga)	feijão carioca Risoto a primavera (arroz integral, brócolis, cenoura, couve flor, coxa e sobrecoxa e vagem) cenoura refogada	Caldo 9 (frango, feijão preto, mandioca, couve flor, espinafre, vagem)	Mingau de farinha com ovo



N. Faitz *LP* *J.*
 Naiara T. Faitz CRN8-5976, Lovaine Levinske CRN8-7261, Solange P. Caldas
 CRN8-2675

Composição nutricional

RECOMENDAÇÃO INTEGRAL	CARB	PROT	LIP	NA	V.E.T.
JARDIM	154,00	35,00	16,00	1400,00	945,00
Integral	152,2574	64,61718	40,17917	754,9548	1229,111
Recomendação Parcial	CARB	PROT	LIP	NA	V.E.T.
JARDIM	61,00	14,00	13,00	600,00	405,00
manhã	64,06	22,72	12,14	236,57	456,36
tarde	67,25	23,95	14,13	282,59	492,01