

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHÃO - SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
 CARDÁPIO VERÃO - CMEI
 MODALIDADE DE ENSINO - Educação Infantil / FAIXA ETÁRIA 3 a 5 anos

| HORÁRIOS / REFEIÇÃO | Segunda Feira 05/12/2022 | Terça feira 06/12/2022 | Quarta feira 07/12/2022 | Quinta feira 08/12/2022 | Sexta feira 09/12/2022 |
|----------------------------------|--|--|--|--|---|
| LANCHE DA MANHÃ 8:30 | Leite integral com cereal matinal | Suco de uva integral Pão caseiro com nata Melão | Vitamina 3 (<i>abacate, aveia, leite, mamão</i>) <i>Bolacha caseira</i> | Leite integral com cereal matinal banana | Vitamina 1 (<i>leite UHT, aveia, maçã, banana</i>) |
| ALMOÇO 11:00 | Arroz integral Feijão Preto Ovo mexido cenoura | Arroz integral com Espinafre Feijão carioca Carne de porco a espanhola (batata, estrato de tomate) beterraba | Arroz integral Ervilha partida Escondidinho de abóbora peito de frango com molho de tomate) brócolis | Feijão Preto Macarrão integral com sardinha | Arroz integral Feijão Preto Carne moída colorida (cenoura, chuchu) Couve flor refogada |
| LANCHE DA TARDE 14:00 | Suco de maçã integral rosquinha de polvilho | Leite integral com cereal matinal Mamão | Vitamina 2 (fórmula infantil ou leite UHT, aveia, maçã, mamão) Pão integral com nata | Leite integral Bolo de maçã kiwi | Salada de frutas <i>sem açúcar (abacaxi, banana, mamão, melão, suco de laranja)</i> |
| JANTAR 16:00 | Caldo 10 (frango, lentilha, abobrinha, batata salsa, macarrão) | chá de Hortelã com leite 1 colher de chá de açúcar Farofa de ovo com espinafre | Caldo 7 (frango, feijão carioca, batata salsa, couve, aveia, arroz integral) | mingau de alho, farinha de milho e ovo | Caldo 6 (carne moída, feijão carioca, batata doce, cenoura ,chuchu) |



Composição nutricional

| RECOMENDAÇÃO INTEGRAL | CARB | PROT | LIP | NA | VIT A | VIT C | FE | CA | V.E.T. |
|-----------------------|--------|-------|-------|---------|--------|-------|-------|--------|---------|
| berçário | 77,00 | 18,00 | 8,00 | 1400,00 | 350,00 | 35,00 | 4,83 | 182,00 | 476,49 |
| maternal | 146,00 | 26,50 | 15,00 | - | 147,00 | 9,10 | 2,10 | 350,00 | 896,91 |
| INTEGRAL | 137,50 | 50,09 | 35,82 | 591,38 | 639,59 | 65,30 | 10,55 | 482,96 | 1072,76 |

| RECOMENDAÇÃO PARCIAL | CARB | PROT | LIP | NA | VIT A | VIT C | FE | CA | V.E.T. |
|----------------------|-------|-------|-------|--------|--------|-------|------|--------|--------|
| berçário | 33,00 | 8,00 | 7,00 | 600,00 | 150,00 | 15,00 | 2,07 | 78,00 | 204,21 |
| maternal | 62,00 | 14,00 | 13,00 | - | 63,00 | 3,90 | 0,90 | 150,00 | 384,00 |
| PARCIAL MANHÃ | 87,73 | 36,08 | 27,46 | 473,27 | 458,46 | 39,31 | 7,60 | 407,17 | 742,37 |
| PARCIAL TARDE | 49,78 | 14,01 | 8,36 | 118,10 | 181,13 | 25,99 | 2,96 | 75,79 | 330,40 |

Naitz

LP

J.

Naiara T. Naitz CRN8-5976, Lovaine C. Leviske CRN8-7261, Solange P. Caldas CRN8-2675

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PINHÃO - SETOR DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE
 CARDÁPIO VERÃO - CMEI
 MODALIDADE DE ENSINO - Educação Infantil / FAIXA ETÁRIA 3 a 5 anos

| HORÁRIOS / REFEIÇÃO | Segunda Feira 12/12/2022 | Terça feira 13/12/2022 | Quarta feira 14/12/2022 | | |
|---------------------------------|---|---|--|--|--|
| LANCHE DA MANHÃ 8:30 | Cereal Matinal sem açúcar com leite | Leite Pão com nata banana | Vitamina 2 (leite UHT, aveia, maçã, mamão) | | |
| ALMOÇO 11:00 | Arroz integral Feijão Preto Carne de panela com cenoura Repolho salada | Purê de mandioca Lentilha Beterraba cozida Carne moída refogada | Arroz integral com espinafre Feijão carioca Peito de frango grelhado Salada de agrião | | |
| LANCHE DA TARDE 14:00 | Chá de camomila com leite rosquinha de polvilho | Vitamina 1 (Formula infantil ou leite UHT, aveia, maçã, banana) Bolo de banana | Leite com farinha de milho maçã | | |
| JANTAR 16:00 | Caldo 3 (frango, feijão preto, cará, chuchu, brócolis) | mingau de alho, farinha de milho e ovo | Caldo 7 (frango, feijão carioca, batata salsa, couve, aveia, arroz integral) | | |



Composição nutricional

| RECOMENDAÇÃO INTEGRAL | CARB | PROT | LIP | NA | V.E.T. |
|-----------------------|---------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| JARDIM | 154,00 | 35,00 | 16,00 | 1400,00 | 945,00 |
| INTEGRAL | 128,13 | 49,61 | 31,43 | 589,20 | 993,87 |
| RECOMENDAÇÃO PARCIAL | CARB | PROT | LIP | NA | V.E.T. |
| PARCIAL MANHÃ | 62,57 | 25,44 | 13,51 | 239,17 | 473,60 |
| PARCIAL TARDE | 65,57 | 24,17 | 17,93 | 350,03 | 520,27 |

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