

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE

Cardápio: Creche
Zona: Urbana e Rural
Faixa Etária: acima de 3 anos.
Período: Integral



set/24

	2ª FEIRA 02/set	3ª FEIRA 03/set	4ª FEIRA 04/set	5ª FEIRA 05/set	6ª FEIRA 06/set
Lanche Manhã *8h - 9h	Biscoito de Polvilho Chocolate quente ou frio (leite com chocolate 50%) Maçã picadinha	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Uva Integral Laranja	Pão Caseiro Ovo mexido Suco de Laranja sem açúcar Mamão Picadinho	Pão com Manteiga e Queijo leite com café Banana	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga ou Doce de Fruta sem açúcar Chá de ervas com frutas desidratadas Tangerina/Mexerica
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu Salada: Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Carne Moída com Batatas Salada: Couve Flor e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa com Cenoura Ralada Sobrecoca de Frango Assada Salada: Repolho e Brócolis Cozido	Polenta/ Arroz Carne de Panela Abobrinha Refogada Salada: Alface e Tomate	Arroz/ Feijão Purê de Batatas Peixe Assado Salada: Cenoura Cozida e Repolho
Lanche da tarde 13h - 14h	Laranja	Mamão	Tangerina/Mexerica	Banana	Maçã
Pré Janta 15h - 16h	Polenta/Arroz Carne de Panela Salada: Repolho e Cenoura	Arroz/ Feijão Sobrecoca de Frango Assada Abóbora Refogada Salada: Pepino e Beterraba	Macarrão/Arroz Carne Moída Salada: Couve Flor Cozida Tomate	Arroz/Feijão Farofa com couve manteiga Frango Ensopado Salada: Repolho e Brócolis	Pão Caseiro Manteiga e/ou Doce de Frutas sem açúcar Suco de uva integral Frutas

Tatiane Wosnes
CRN 2070

Karla Medeiros Luiz López
CRN 1268

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.

* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda evitando aglomerações.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE

Cardápio: Creche
Zona: Urbana e Rural
Faixa Etária: acima de 3 anos
Período: Integral



set/24

	2ª FEIRA 09/set	3ª FEIRA 10/set	4ª FEIRA 11/set	5ª FEIRA 12/set	6ª FEIRA 13/set
Lanche Manhã 8h - 9h	Pão de Queijo Chocolate quente ou frio (leite com chocolate 50%) Maçã	Pão com Manteiga Suco de Frutas Banana	Pão Caseiro de Manteiga e Queijo Chá de Capim Limão com Maçã Tangerina/Mexerica	Pão Hot Dog Ovos Mexidos Leite com café Mamão e Banana	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas sem açúcar Suco de Frutas Pera
Almoço 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Chuchu Cozido Cenoura Ralada	Arroz/ Feijão Batata Doce Assada Sobrecoxa de Frango Ensopada Salada: Beterraba Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Aipim Cozido Carne de Panela Salada: Repolho e Tomate	Arroz/Feijão Abóbora Refogada Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Alface Couve Flor	Arroz/ Feijão Purê de Batata Peixe Assado Salada: Pepino e Beterraba
Lanche da tarde 13h - 14h	Laranja	Maçã	Pera	Banana	Tangerina/Mexerica
Pré Janta 15h - 16h	Arroz Frango Ensopado Salada: Repolho	Arroz/ Feijão Carne de Panela Salada: Couve Flor e Tomate	Arroz/Feijão Purê de Batata Peixe Assado Salada: Pepino Brócolis Cozido	Macarrão Carne Moída Salada: Tomate e Cenoura Cozida	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga e Queijo Suco de Laranja Maçã

Tatiane Wosnes
CRN 2070

Karla Medeiros Luiz López
CRN 1268

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.

* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda evitando aglomerações.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE

Cardápio: Creche
Zona: Urbana e Rural
Faixa Etaria: acima de 3 anos
Período: Integral



set/24

	2ª FEIRA 16/set	3ª FEIRA 17/set	4ª FEIRA 18/set	5ª FEIRA 19/set	6ª FEIRA 20/set
Lanche Manhã 8h - 9h	Biscoito de Polvilho Chocolate quente ou frio (leite com chocolate 50%) Maçã	Pão Caseiro com queijo Leite Quente Banana	Pão Caseiro Ovo mexido Suco de Laranja sem açúcar Mamão	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Chá de ervas com frutas desidratada Tangerina/Mexerica	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas sem açúcar Suco de Frutas Melancia
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Cenoura Cozida Repolho	Arroz/ Feijão Sobrecoxa de Frango Assada Farofa Salada: Beterraba e Pepino	Arroz/Feijão Carne Moida com chuchu e cenoura Salada: Repolho Tomate	Arroz/ Feijão Sobrecoxa de Frango Ensopada Salada: Couve Flor e Alface	Arroz/ Feijão Purê de Batata Carne Moida Salada: Salada Mista
Lanche da tarde 13h - 14h	Pêra	Laranja	Melancia	Banana	Maçã
Pré Janta 15h - 16h	Arroz/Polenta Frango Ensopado Salada: Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Carne de Panela Salada: Repolho Cenoura Cozida	Arroz/Feijão Purê de Batata Sobrecoxa de Frango Assada Salada: Brócolis e Pepino	Arroz/Feijão Aipim Cozido Carne de Panela Salada: Repolho Beterraba Cozida	Pão Caseiro Manteiga e/ou Doce de Frutas sem açúcar Suco de Frutas Frutas

Tatiane Wosnes
CRN 2070

Karla Medeiros Luiz López
CRN 1268

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE

Cardápio: Creche
Zona: Urbana e Rural
Faixa Etária: acima de 3 anos
Período: Integral



set/24

	2ª FEIRA 23/set	3ª FEIRA 24/set	4ª FEIRA 25/set	5ª FEIRA 26/set	6ª FEIRA 27/set
Lanche Manhã 8h - 9h	Pão de Queijo Leite Quente Maçã (Opção: suco de frutas)	Pão Caseiro com Manteiga e Queijo Chá de Maçã com Canela Banana	Pão de Hot dog Hamburguer Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva Salada de Frutas Pipoca (maiores de 3 anos)	Pão Caseiro com Manteiga Leite com café Mamão	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar Melancia
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Carne Moida Salada: Cenoura Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoxa de Frango Assado Salada: Beterraba Cozida Repolho	Arroz/Polenta Carne Desfiada Salada: Repolho e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Abóbora Refogada Salada: Brócolis Cozido	Arroz/ Feijão Purê de Batata Frango Assado Salada: Tomate com Cebola Alface
Lanche da tarde 13h - 14h	Laranja	Maçã	Banana	Mamão	Maçã
Pré Janta 15h - 16h	Arroz/Polenta Sobrecoxa de Frango Ensopada Salada: Repolho	Arroz/ Feijão Carne Moida com Legumes Salada: Brócolis Cozido Tomate	Pão de Hot dog Hamburguer Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva Salada de Frutas Pipoca (maiores de 3 anos)	Arroz/ Feijão Omelete de Legumes (batata, cenoura, abobrinha) Salada: Repolho	Pão com Manteiga e Doce de Frutas sem açúcar Suco de Uva Frutas

Tatiane Wosnes
CRN 2070

Karla Medeiros Luiz López
CRN 1268

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

Cardápio: Creche
Zona: Urbana e Rural
Faixa Etária: acima de 3 anos
Período: Integral



set/24

	2ª FEIRA 30/set	3ª FEIRA 01/out	4ª FEIRA 02/out	5ª FEIRA 03/out	6ª FEIRA 04/out
Lanche Manhã *8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite quente Maçã picadinha	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Uva Integral Laranja	Pão Caseiro Ovo mexido Suco de Laranja sem açúcar Mamão Picadinho	Pão com Manteiga e Queijo leite quente Banana	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga ou Doce de Fruta sem açúcar Chá de ervas com frutas desidratadas
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu Salada: Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Carne Moída com Batatas Salada: Couve Flor e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa com Cenoura Ralada Sobrecosta de Frango Assada Salada: Repolho e Brócolis Cozido	Polenta/ Arroz Carne de Panela Abobrinha Refogada Salada: Alface e Tomate	Arroz/ Feijão Sobrecosta de Frango Ensoapda com Batatas e Cenoura Salada: Repolho
Lanche da tarde 13h - 14h	Laranja	Mamão	Tangerina/Mexerica	Banana	Maçã
Pré Janta 15h - 16h	Polenta/Arroz Carne de Panela Salada: Repolho e Cenoura	Arroz/ Feijão Sobrecosta de Frango Assada Abóbora Refogada Salada: Pepino e Beterraba	Macarrão/Arroz Carne Moída Salada: Couve Flor Cozida Tomate	Arroz/Feijão Farofa com couve manteiga Frango Ensopado Salada: Repolho e Brócolis	Pão Caseiro Manteiga e/ou Doce de Frutas sem açúcar Suco de uva integral Frutas

Tatiane Wosnes
CRN 2070

Karla Medeiros Luiz López
CRN 1268

Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.