

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

**Cardápio:** Creche  
**Zona:** Urbana e Rural  
**Faixa Etária:** 12 meses a 3 anos.  
**Período:** Integral



**out/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 07/out	<b>3ª FEIRA</b> 08/out	<b>4ª FEIRA</b> 09/out	<b>5ª FEIRA</b> 10/out	<b>6ª FEIRA</b> 11/out
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Pão de Queijo Leite quente ou gelado Maçã picadinha	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas Mamão Picadinho	Pão Caseiro de Aveia Ovos mexidos Suco de Laranja Banana	Pão Caseiro com Doce de Frutas sem açúcar Leite quente ou gelado Mamão	Bolo de Chocolate sem açúcar Suco de Frutas  Melancia
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Sobrecoca ensopada com Chuchu <b>Salada:</b> Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de cenoura ralada Carne Moída <b>Salada:</b> Tomate e Brócolis	Arroz/ Feijão Sobrecoca assada <b>Salada:</b> Cenoura Cozida Repolho	Arroz/ Feijão Carne de Panela Farofa de couve picadinha <b>Salada:</b> Alface e Tomate	Arroz/ Feijão Purê de Batata Sobrecoca assada <b>Salada:</b> Couve flor Beterraba cozida
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Melancia	Maçã Picadinha	Mamão	Banana	Salada de Frutas
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Polenta Farofa de cenoura ralada <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/ Feijão Sobrecoca assada Abobora refogada <b>Salada:</b> Brócolis Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Pure de Batatas Carne de Panela <b>Salada:</b> Couve Flor Beterraba Cozida	Arroz/Feijão Farofa de abobrinha ralada Sobrecoca Ensopada <b>Salada:</b> Pepino Repolho	Bolo de Chocolate sem açúcar Suco de Frutas  Melancia

**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:** 12 meses a 3 anos.  
**Período:** Integral



**out/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 14/out	<b>3ª FEIRA</b> 15/out	<b>4ª FEIRA</b> 16/out	<b>5ª FEIRA</b> 17/out	<b>6ª FEIRA</b> 18/jan
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Pão de Queijo Leite gelado ou quente  Melancia  (Opção: suco de frutas)		Biscoito de Polvilho Leite gelado ou quente  Maçã	Pão Hot Dog Ovos Mexidos Suco de Laranja  Banana	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas sem açúcar Suco de Frutas Melancia
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho <b>Salada:</b> Chuchu Cozido Cenoura Cozida	<b>Dia do Professor</b>	Macarrão/ Arroz Sobrecoxa de Frango Ensopada <b>Salada:</b> Beterraba Pepino	Arroz/Feijão Carne Moida com abobrinha <b>Salada:</b> Alface Couve Flor	Arroz/ Feijão Purê de Batata Peixe Assado <b>Salada:</b> Repolho e Beterraba
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Maçã		Melancia	Banana	Salada de Frutas
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Sobrecoxa ensopada <b>Salada:</b> Repolho		Polenta/ Arroz Carne Moída <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/Feijão Sobrecoxa de Frango assada <b>Salada:</b> 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 Etária:** 12 meses a 3 anos.  
**Período:** Integral



**out/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 21/out	<b>3ª FEIRA</b> 22/out	<b>4ª FEIRA</b> 23/out	<b>5ª FEIRA</b> 24/out	<b>6ª FEIRA</b> 25/out
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite gelado ou quente  Maçã	Pão Caseiro de Aveia com manteiga e queijo Suco de Abacaxi  Banana	Pão Caseiro com Doce de Frutas sem açúcar Suco de Frutas  Melancia	Pão hot dog Ovos mexidos Suco de Laranja  Mamão	Pão Caseiro com Doce de Frutas sem açúcar Suco de Frutas  Melão e banana
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Sobrecoca ensopada <b>Salada:</b> Chuchu Cozido Repolho	Arroz/ Feijão Batata Doce assada Carne de Panela com Molho <b>Salada:</b> Pepino e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoca assada <b>Salada:</b> Vagem Cozida e cenoura cozida	Arroz/ Feijão Aipim Cozido Carne Moida com molho <b>Salada:</b> Couve-Flor Cozida Alface	Arroz/ Feijão Omelete com legumes assado <b>Salada:</b> Repolho
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Melancia	Laranja	Maçã	Banana	Banana e Mamão picados
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Purê de abobora com cheirinho verde <b>Salada:</b> Beterraba Pepino	Arroz/ Feijão Purê de Batata Peixe assado <b>Salada:</b> Brócolis Cozido Repolho	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas <b>Salada:</b> Pepino e Tomate	Arroz/Feijão Frango em cubos com legumes <b>Salada:</b> Repolho	Pão Caseiro Ovos Mexidos Suco de Laranja

**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:** 12 meses a 3 anos.  
**Período:** Integral



**out/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 28/out	<b>3ª FEIRA</b> 29/out	<b>4ª FEIRA</b> 30/out	<b>5ª FEIRA</b> 31/out	<b>6ª FEIRA</b> 01/nov
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Pão de Queijo Leite quente ou gelado  Maçã	Pão de Hot dog Hamburguer Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva Salada de Frutas Pipoca (maiores de 3 anos)	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar  Mamão	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas s/açucar Leite com café  Banana	Pão Caseiro com Queijo Leite com café  Melancia
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho <b>Salada:</b> Cenoura Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoca de Frango Assada <b>Salada:</b> Couve Flor Tomate	Arroz/Feijão Farofa Carne Desfiada com Molho e Chuchu <b>Salada:</b> Repolho Beterraba Cozida	Arroz/ Polenta Sobrecoca Ensopada Abóbora Refogada <b>Salada:</b> Alface Tomate	Arroz/ Feijão Ovos mexidos <b>Salada:</b> Repolho Brócolis Cozido
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Melancia	Maçã	Banana	Mamão	Pera
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz/Polenta Sobrecoca de Frango Ensopado <b>Salada:</b> Repolho	Pão de Hamburguer Hamburguer Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva Salada de Frutas Pipoca (maiores de 3 anos)	Arroz/ Feijão Sobrecoca de Frango Assada <b>Salada:</b> Cenoura Couve Picadinha	Arroz/Feijão Carne de Panela Farofa de cenoura ralada <b>Salada:</b> Pepino Repolho	Pão Caseiro com Manteiga e Queijo  Suco de Uva Integral

**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.**