

**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



**nov/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 04/nov	<b>3ª FEIRA</b> 05/nov	<b>4ª FEIRA</b> 06/nov	<b>5ª FEIRA</b> 07/nov	<b>6ª FEIRA</b> 08/nov
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Pão de Queijo Leite Gelado ou Quente com chocolate 50% cacau Maçã picadinha	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas  Banana	Pão Caseiro de Aveia Ovos mexidos Suco de Laranja  Mamão Picadinho	Pão Caseiro com Doce de Frutas sem açúcar Leite quente ou gelado Laranja	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Suco de Frutas  Melancia
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu <b>Salada:</b> Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de cenoura ralada Carne Moída <b>Salada:</b> Brócolis Cozido Tomate	Arroz/ Feijão Farofa de couve picadinha Frango Ensopado <b>Salada:</b> Cenoura Cozida Repolho	Arroz/ Feijão Vaca atolada (Carne de Panela com aipim) <b>Salada:</b> Alface e Tomate	Arroz/ Feijão Purê de Batata Peixe assado <b>Salada:</b> Tomate com Cebola
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Melancia	Maçã Picadinha	Banana	Mamão	Banana
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Farofa de cenoura ralada <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/ Feijão Frango Assado Abobora refogada <b>Salada:</b> Beterraba Cozida	Arroz/ Feijão Pure de Batatas Carne de Panela <b>Salada:</b> Couve Flor	Arroz/Feijão Farofa de abobrinha ralada Frango Ensopado <b>Salada:</b> Tomate e Cebola	Pão Caseiro Ovos mexidos 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.**

\* 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



**nov/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 11/nov	<b>3ª FEIRA</b> 12/nov	<b>4ª FEIRA</b> 13/nov	<b>5ª FEIRA</b> 14/nov	<b>6ª FEIRA</b> 15/nov
<b>Lanche Manhã</b> 8h - 9h	Pão de Queijo Leite Gelado ou Quente com chocolate 50% cacau Maçã  (Opção: suco de frutas)	Pão com Doce de Frutas sem açúcar Suco de Frutas  Banana	Pão pizza ( Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de Abacaxi Banana	Biscoito de Polvilho Leite Gelado ou Quente com chocolate 50% cacau  Melancia	
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho <b>Salada:</b> Chuchu Cozido Tomate	Arroz/ Feijão Frango Ensopado <b>Salada:</b> Couve-Flor Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Omelete com legumes (cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate picadinho) <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/ Feijão Carne Moida com batata <b>Salada:</b> Tomate e Pepino	<b>Feriado</b>  <b>Proclamação da República</b>
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Melão	Melancia	Maçã	Banana	
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Frango Ensopado <b>Salada:</b> Pepino e Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas <b>Salada:</b> Repolho e Tomate	Pão, manteiga e queijo Suco de Frutas	Arroz/ Feijão Frango Assado <b>Salada:</b> Brócolis Tomate	

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



**nov/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 18/nov	<b>3ª FEIRA</b> 19/nov	<b>4ª FEIRA</b> 20/nov	<b>5ª FEIRA</b> 21/nov	<b>6ª FEIRA</b> 22/nov
<b>Lanche Manhã</b> 8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite Gelado ou Quente com chocolate 50% cacau  Maçã	Pão Caseiro de Aveia com manteiga e queijo Suco de Abacaxi  Banana		Pão hot dog Ovos mexidos Suco de Laranja  Mamão	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Suco de Frutas  Melancia
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Frango Ensopado <b>Salada:</b> Beterraba Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Batata Doce assada Carne de Panela com Molho <b>Salada:</b> Repolho e Tomate	<b>Feriado</b>  <b>Dia Consciencia Negra</b>	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas <b>Salada:</b> Couve-Flor Cozida Alface	Arroz/ Feijão Purê de Batata Frango Assado <b>Salada:</b> Tomate com Cebola
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Laranja	Mamão		Melancia	Banana e Mamão picados
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Purê de abóbora com cheirinho verde <b>Salada:</b> Beterraba	Arroz/ Feijão Frango assado <b>Salada:</b> Brócolis Cozido		Arroz/Feijão Farofa Frango em cubos com legumes <b>Salada:</b> Repolho	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas s/açúcar Suco de Frutas

**Tatiane Wosnes**  
CRN 2070

**Karla Medeiros Luiz López**  
CRN 1268

\* 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



**nov/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 25/nov	<b>3ª FEIRA</b> 26/nov	<b>4ª FEIRA</b> 27/nov	<b>5ª FEIRA</b> 28/nov	<b>6ª FEIRA</b> 29/nov
<b>Lanche Manhã</b> 8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite Gelado ou Quente com chocolate 50% cacau  Maçã	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas  Banana	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar  Melancia	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas s/açúcar Suco de Frutas  Mamão	Pão de Hamburger Hamburger Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva Salada de Frutas Pipoca (maiores de 3 anos)
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho <b>Salada:</b> Cenoura Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de Cenoura Ralada Frango Assado <b>Salada:</b> Beterraba Cozida Repolho	Arroz/Polenta Carne Desfiada com Molho e Chuchu <b>Salada:</b> Pepino de Tomate	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Abóbora Refogada <b>Salada:</b> Acelga	Arroz/ Feijão Ovos mexidos <b>Salada:</b> Tomate e Repolho
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Melancia	Mamão	Maçã	Banana	Melancia
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz/Polenta Frango Ensopado <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/ Feijão Carne Moida <b>Salada:</b> Alface e Tomate	Pão de Hot Dog Carne Moida Suco de Uva Integral	Arroz/Feijão Carne de Panela Farofa de abobrinha ralada <b>Salada:</b> Pepino	Pão de Hamburger Hamburger Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva Salada de Frutas Pipoca (maiores de 3 anos)

**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.  
**Periodo:** Integral



**dez/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 02/dez	<b>3ª FEIRA</b> 03/dez	<b>4ª FEIRA</b> 04/dez	<b>5ª FEIRA</b> 05/dez	<b>6ª FEIRA</b> 06/dez
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Pão de Queijo Leite Gelado ou Quente com chocolate 50% cacau Maçã picadinha	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas  Banana	Pão Caseiro com Queijo Suco de Uva  Mamão	Pão Caseiro com Doce de Frutas Leite com café  Melão picadinho	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Suco de Abacaxi  Melancia
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu <b>Salada:</b> Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de cenoura ralada Carne Moída <b>Salada:</b> Alface e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa de abobrinha Sobrecoca de Frango Assada <b>Salada:</b> Repolho e Cenoura	Polenta / Arroz Carne de Panela Farofa de couve picadinha <b>Salada:</b> Brócolis Cozido Beterraba	Arroz/ Feijão Purê de Batata Sobrecoca de Frango Assada <b>Salada:</b> Tomate com Cebola
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Mamão	Melancia	Salada de Frutas	Banana	Maçã
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Farofa de cenoura ralada <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/ Feijão Frango assado Abobora refogada <b>Salada:</b> Brócolis	Pão pizza ( Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de Abacaxi Banana	Macarrão Carne Moida <b>Salada:</b> Tomate e Cebola	Pão Caseiro Ovos mexidos Suco de uva integral Banana

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



**dez/24**

	<b>2ª FEIRA</b> 09/dez	<b>3ª FEIRA</b> 10/dez	<b>4ª FEIRA</b> 11/dez	<b>5ª FEIRA</b> 12/dez	<b>6ª FEIRA</b> 13/dez
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite Gelado ou Quente com chocolate 50% cacau  Maçã	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas Suco de Frutas  Salada de Frutas	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar  Mamão		
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho <b>Salada:</b> Chuchu Cozido Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoca ensopada <b>Salada:</b> Tomate Pepino	Arroz/Feijão Farofa Carne Desfiada com Molho e Chuchu <b>Salada:</b> Repolho Beterraba Cozida		
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Melancia	Salada de Frutas	Banana		
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Sobrecoca ensopada <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas <b>Salada:</b> Tomate com cebola	Pão Caseiro Ovos mexidos 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.**

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