

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PORTO DA FOLHA/SERGIPE

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA URBANA/ PERÍODO INTEGRAL

FAIXA ETÁRIA (7 - 11 meses) ou (01 - 3 anos)

1ª e 3ª semanas do mês /2024

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Colação 09:00H	Mingau de aveia composto por: leite integral em pó, banana, purê de maçã e cacau em pó. *Dieta pastosa	Salada de fruta composta por banana, laranja, goiaba, maçã e mamão. *Dieta livre	Vitamina de mamão e goiaba com aveia e leite integral em pó *Dieta líquida-pastosa	Arroz de leite, acompanhado por suco de polpa sem açúcar. *Dieta branda e líquida	Vitamina de banana com cacau em pó e leite integral em pó. *Dieta líquida-pastosa
Almoço 12:00H	Arroz cozido refochado com cenoura, com feijão em caldo acompanhado por carne bovina cozida desfiada com legumes (couve, cenoura, batata inglesa e abobrinha). Sobremesa: Goiaba *Dieta branda	Macarronada ao molho com carne moída refoxada cebola, tomate, pimentão, coentro e milho. *Dieta livre	Arroz cozido acompanhado por feijão em caldo composto por couve manteiga, batata inglesa, cenoura, abobrinha e carne bovina desfiada. Sobremesa: Abacaxi *Dieta livre	Arroz refochado com alho, acompanhado de frango frito desfiado, salada crua (repolho, cenoura, tomate). Sobremesa: Melancia *Dieta livre	Arroz de feijão, acompanhado por peixe cozido desfiado aos legumes (batata inglesa, cenoura, abobrinha). Sobremesa: Laranja *Dieta Livre
Lanche da tarde 15:30H	Suco de Abacaxi acompanhado por panqueca de banana *Dieta livre e líquida	Sopa de legumes, composta por batata inglesa, cebola, cenoura, couve manteiga, tomate e frango. *Dieta branda	Torta de legumes, composta por batata inglesa, cenoura, tomate e cebola. *Dieta livre	Torta de tapioca *Dieta livre	Cuscuz de milho com aveia, embebecido ao leite acompanhado de ovos mexidos. *Dieta livre

Composição nutricional (Média semanal)

Energia
(Kcal)

CHO(g)

PTN(g)

LPD(g)

Vit. A
(mcg)

Vit. C (mg)

Ca
(mg)Fe
(mg)

709,91

55% a 65%
do VET
58%
102g10% a 15%
do VET
18%
31g15% a 30% do
VET
25%
20g

370,68

77,41

315,45

4,06


Pamela Shayaê Lima Melo


Luciana Dias Feitosa


Maria Camylla Santos Costa

Nutricionista Responsável Técnica/ CRN5 – 9226

Nutricionista Quadro Técnico/CRN5 – 13001

Nutricionista Quadro Técnico/CRN5 – 16473

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PORTO DA FOLHA/SERGIPE

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE

ZONA URBANA/ PERÍODO INTEGRAL

FAIXA ETÁRIA (7 - 11 meses) ou (01 - 3 anos)

2ª e 4ª semanas do mês /2024

2ª FEIRA

3ª FEIRA

4ª FEIRA

5ª FEIRA

6ª FEIRA

Colação
09:00H

Suco natural de laranja com cenoura sem açúcar, acompanhado por crepioca.

*Dieta livre e líquida

Suco de acerola com leite sem açúcar acompanhado por panqueca de banana.

*Dieta livre e líquida

Salada de fruta composta por banana, abacaxi, goiaba, maçã e mamão. *Dieta livre

Cuscuz de milho com aveia embebecido ao leite acompanhado de ovos mexidos.

*Dieta livre

Mingau de aveia composto por: banana, leite integral em pó, purê de maçã e cacau.

*Dieta pastosa

Almoço
12:00H

Macarronada ao molho com carne moída refogada cebola, tomate, coentro e milho.

*Dieta livre

Batata doce cozida amassada, acompanhada por filé de frango frito desfiado com cebola e tomate.

Sobremesa: Abacaxi

*Dieta branda

Arroz cozido com feijão em caldo temperado acompanhado de frango cozido desfiado com legumes (Batata inglesa, cenoura e abobrinha)

Sobremesa: Melancia

*Dieta livre

Arroz cozido acompanhado por file de peixe a milanesa. Salada cozida ao vapor (Cenoura, batata inglesa)

Sobremesa: Laranja e branda *Dieta livre

Baião de dois com carne frita desfiada. Salada crua (Repolho, tomate e cenoura)

Sobremesa: Goiaba

*Dieta livre

Lanche da tarde
15:30H

Bolinho de cenoura com suco de polpa sem açúcar.

*Dieta livre e líquida

Sopa de legumes composta por couve manteiga, batata inglesa, cebola, cenoura, tomate, coentro, macarrão e frango. *Dieta branda

Vitamina de frutas: aveia, leite integral em pó, mamão, goiaba e maçã.

*Dieta pastosa

Torta de tapioca

*Dieta livre

Arroz de leite acompanhado por suco de polpa sem açúcar.

*Dieta branda

Composição nutricional (Média semanal)

Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
710,84	56% 101g	17% 30g	27% 22g	709,16	191,74	341,73	3,65

Pamella Shayane Lima Melo

Nutricionista Responsável Técnica/ CRN5 – 9226

Luciana Dias Feitosa

Nutricionista Quadro Técnico/CRN5 – 13001

Maria Camylla Santos Costa

Nutricionista Quadro Técnico/CRN5 – 16473