

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  
**CEINF SANTA RITA DE CÁSSIA POLO**

**CARDÁPIO - CRECHE**  
**ZONA URBANA**  
**FAIXA ETÁRIA (6 - 11 meses)**  
**PERÍODO PARCIAL**

Necessidades Alimentares Especiais: *(se for o caso)*

**NOVEMBRO/2023**

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
<b>LANCHE</b> MATUTINO - 7:30 VESPERTINO - 14:20	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
<b>ALMOÇO</b> MATUTINO - 09:40 VESPERTINO - 12:30	Macarrão a bolonhesa / Feijão  Salada de repolho com cenoura	Bobó de frango com milho verde / Arroz	Farofa de carne moída, ovos e abobrinha ralada / Arroz / Vinagrete  Melancia	Galinhada (arroz, frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Salada de repolho com tomate  Banana	Arroz carreteiro / Feijão / Salada de alface com cenoura  Laranja			
<b>Composição Nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>				
	290,82 Kcal	38g 52%	11g 15%	11g 34%	105,31	11,85	141,03	1,40



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

**Considerações:** As refeições devem apresentar consistência branda (alimentos macios, bem cozidos e picados), **NUNCA** liquidificadas ou peneiradas. Frutas devem ser raspadas, amassadas e/ou bem picadas. **É PROIBIDO O USO DE AÇÚCAR.**

**NOTA:** Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## CEINF SANTA RITA DE CÁSSIA POLO

CARDÁPIO – CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (1 - 3 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

## NOVEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
<b>LANCHE</b> MATUTINO - 7:40 VESPERTINO - 14:30	Chá mate / Biscoito doce	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Leite batido com polpa de fruta / Bolo de banana com aveia	Vitamina de banana com aveia / Pão com queijo	Leite batido com polpa de fruta / Torrada de pão com manteiga			
<b>ALMOÇO</b> MATUTINO - 09:50 VESPERTINO - 12:40	Macarrão a bolonhesa / Feijão  Salada de repolho com cenoura	Bobó de frango com milho verde / Arroz	Farofa de carne moída, ovos e abobrinha ralada / Arroz / Vinagrete  Melancia	Galinhada (arroz, frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Salada de repolho com tomate  Banana	Arroz carreteiro / Feijão / Salada de alface com cenoura  Laranja			
<b>Composição Nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>	<b>Vit. A (mcg)</b>	<b>Vit. C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
		<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>25% a 35% do VET</b>				
	405,18 Kcal	56g 55%	13g 13%	15g 33%	171,36	18,14	160,37	1,99



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

**NOTA:** Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## CEINF SANTA RITA DE CÁSSIA POLO

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

## NOVEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> MATUTINO - 7:50 VESPERTINO - 14:40	Chá mate / Biscoito doce	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Leite batido com polpa de fruta / Bolo de banana com aveia	Vitamina de banana com aveia / Pão com queijo	Leite batido com polpa de fruta / Torrada de pão com manteiga
<b>ALMOÇO</b> MATUTINO - 10:00 VESPERTINO - 12:50	Macarrão a bolonhesa / Feijão  Salada de repolho com cenoura	Bobó de frango com milho verde / Arroz	Farofa de carne moída, ovos e abobrinha ralada / Arroz / Vinagrete  Melancia	Galinhada (arroz, frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Salada de repolho com tomate  Banana	Arroz carreteiro / Feijão / Salada de alface com cenoura  Laranja
<b>Composição Nutricional</b> (Média semanal)		<b>Energia</b> (Kcal)	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		422,42 Kcal	59g	13g	15g
			56%	13%	32%



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

**NOTA:** Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## CEINF SANTA RITA DE CÁSSIA POLO

## CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA I – KEVILYN CASSIANO ULRICH

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE, TOMATE, AMENDOIM, MILHO, FEIJÃO BRANCO E VERMELHO.

## NOVEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> MATUTINO 7:50	Chá mate / Biscoito (vegano)	Suco de polpa / Torta de frango com legumes (sem tomate)	Leite (zero lactose) batido com polpa de fruta / Bolo de banana com aveia	Vitamina (zero lactose) de banana com aveia / Biscoito (vegano)	Leite (zero lactose) batido com polpa de fruta / Pão (vegano) com geleia
<b>ALMOÇO</b> MATUTINO 10:00	Macarrão ao molho ferrugem / Feijão preto / Salada de repolho com cenoura	Bobó de frango (sem leite, milho, extrato de tomate e creme de leite) / Arroz	Farofa de carne moída, ovos e abobrinha ralada / Arroz / Salada de alface  Melancia	Galinhada (arroz, frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Salada de repolho  Banana	Arroz carreteiro / Feijão preto / Salada de alface com cenoura  Laranja

**ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:**

→ **NÃO PODE** consumir leite de vaca, queijos, manteiga, requeijão e demais derivados de **LEITE COM LACTOSE**, preparações à base de leite (bolos, pães, tortas, cremes, molhos, entre outros); bolachas e biscoitos que possuem leite em sua composição;

→ Substituir o leite integral pelo zero lactose ou leite de soja;

→ **NUNCA** utilizar margarina para produção de refeições, bolos, tortas e pães da aluna, pois contém LACTOSE;

→ No preparo de bolos e tortas, substituir o leite integral pelo zero lactose ou por água e a margarina por óleo;

→ Os bolos podem e devem ser feitos uma vez na semana, armazenar separado por porção em sacos plásticos transparentes próprios para embalagens, identificados com a data da produção e congelar. O descongelamento deve ser feito sob refrigeração ou sob aquecimento. Armazene por até 30 dias; **NÃO PODE BOLO DE FUBÁ**.

→ **NÃO PODE CONSUMIR TOMATE, EXTRATO DE TOMATE, MILHO E AMENDOIM**. Deve-se retirar a porção da aluna antes de adicionar estes ingredientes à preparação para os demais alunos;

→ **NÃO PODE CONSUMIR CORANTE VERMELHO; AMIDO DE MILHO E FUBÁ**;

→ **NÃO PODE CONSUMIR FEIJÃO VERMELHO E BRANCO**. Utilizar FEIJÃO PRETO ou substituir por outros tipos de leguminosas como: soja, grão-de-bico, ervilha, lentilha, vagem;

→ Molho ferrugem (feito com o próprio caldo da carne ou frango);

→ **LEIA O RÓTULO SEMPRE**.



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

**NOTA:** Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## CEINF SANTA RITA DE CÁSSIA POLO

## CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA I – ANTHONY ALEXANDRE DIAS DA ROCHA

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE (sensibilidade ao leite zero lactose) / ALERGIA AO OVO, CORANTES ARTIFICIAIS AMARELO E VERMELHO

## NOVEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> VESPERTINO - 14:40	Chá mate / Biscoito (vegano)	Suco de polpa de fruta / Pão (vegano) com geleia	Suco de polpa de fruta / Biscoito (vegano)	Chá mate / Biscoito (vegano)	Suco de laranja / Pão (vegano) com geleia
<b>ALMOÇO</b> VESPERTINO - 12:50	Macarrão (sem ovos) a bolonhesa / Feijão  Salada de repolho com cenoura	Bobó de frango (sem leite e creme de leite) com milho verde / Arroz	Farofa de carne moída e abobrinha ralada / Arroz / Vinagrete  Melancia	Galinhada (arroz, frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Salada de repolho com tomate  Banana	Arroz carreteiro / Feijão / Salada de alface com cenoura  Laranja

**\*ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:**

→ **NÃO PODE** consumir leite de vaca, queijos, manteiga, requeijão, creme de leite e demais derivados de **LEITE**, preparações à base de leite (bolos, pães, tortas, cremes, molhos, entre outros), bolachas e biscoitos que possuem leite em sua composição;

→ Não oferecer **leite “zero lactose”** e demais derivados, pois o aluno **APRESENTA SENSIBILIDADE AO LEITE ZERO LACTOSE**;

→ Não oferecer **OVOS** e preparações que contenham ovos;

→ Leia o rótulo do macarrão para verificar se contém ovos;

→ Não ofertar qualquer alimento que contenha **CORANTES OU AROMATIZANTES ARTIFICIAIS** (NA DÚVIDA, NÃO OFERTAR);

→ Molho ferrugem (feito com o próprio caldo da carne ou frango);

→ **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

**NOTA:** Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## EMEF FRANCISCO ANTONIO DE SOUZA POLO

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (6 A 10 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: *(se for o caso)*

## NOVEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA		
<b>LANCHE</b> MATUTINO 08:40	Macarrão a bolonhesa / Feijão	Bobó de frango com milho verde / Arroz	Farofa de carne moída, ovos e abobrinha ralada / Arroz / Vinagrete	Galinhada (arroz, frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Salada de repolho com tomate	Arroz carreteiro / Feijão / Salada de alface com cenoura		
VESPERTINO 13:50						Melancia	Banana
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>	<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>			
					55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
					392,34 Kcal	58g	14g
		58%	14%	27%			



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

**NOTA:** Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## EMEF FRANCISCO ANTONIO DE SOUZA POLO

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I – SOFIA EMANUELLI BATISTA

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (6 a 10 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE. ALERGIA AO MILHO.

## NOVEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE VESPERTINO</b> 13:50	Macarrão a bolonhesa / Feijão	Bobó de frango (sem leite, creme de leite e milho) / Arroz	Farofa de carne moída, ovos e abobrinha ralada / Arroz / Vinagrete  Melancia	Galinhada (arroz, frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Salada de repolho com tomate  Banana	Arroz carreteiro / Feijão / Salada de alface com cenoura  Laranja

## ORIENTAÇÕES/RECOMENDAÇÕES:

→ **NÃO PODE CONSUMIR LEITE DE VACA, QUEIJOS, MANTEIGA, REQUEIJÃO E DEMAIS DERIVADOS DE LEITE COM LACTOSE, PREPARAÇÕES À BASE DE LEITE (BOLOS, PÃES, TORTAS, CREMES, MOLHOS, ENTRE OUTROS), BOLACHAS E BISCOITOS QUE POSSUEM LEITE EM SUA COMPOSIÇÃO;**

→ SUBSTITUIR O LEITE INTEGRAL PELO ZERO LACTOSE;

→ Molho ferrugem (feito com o próprio caldo da carne ou frango).

→ Deve-se retirar a porção da aluna antes de adicionar os ingredientes que a mesma tem alergia à preparação para os demais alunos.

→ **LEIA O RÓTULO SEMPRE.**



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

**NOTA:** Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## ESCOLA MUNICIPAL LUIZ DE ALBUQUERQUE POLO

CARDÁPIO ENSINO FUNDAMENTAL I

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA (6 – 10 anos)

PERÍODO PARCIAL

Necessidades Alimentares Especiais: *(se for o caso)*

## NOVEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE</b> 14:00	Macarrão com almôndegas / Feijão	Bobó de frango com milho verde / Arroz	Farofa de carne moída, ovos e abobrinha ralada / Arroz / Vinagrete  Melancia	Galinhada (arroz, frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Salada de repolho com tomate  Banana	Arroz carreteiro / Feijão / Salada de alface com cenoura  Laranja
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)	Energia (Kcal)	392,34 Kcal	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			58g	14g	12g
			58%	14%	27%



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

**NOTA:** Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.



## SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS

## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

## ESCOLA MUNICIPAL DIONÍZIO ANTÔNIO VIEIRA

CARDÁPIO – PRÉ-ESCOLA

QUILOMBOLA

ZONA RURAL

FAIXA ETÁRIA (4 - 5 anos)

PERÍODO INTEGRAL

Necessidades Alimentares Especiais: (se for o caso)

## NOVEMBRO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 9:00	Chá mate / Biscoito doce	Leite batido com polpa de fruta / Pão com alface, presunto e queijo	logurte / Bolo de banana com aveia	Vitamina de banana com aveia / Pão com queijo	Leite batido com polpa de fruta / Torrada de pão com manteiga
<b>ALMOÇO</b> 11:30	Macarrão a bolonhesa / Feijão / Salada de repolho com cenoura	Bobó de frango com milho verde / Arroz	Farofa de carne moída, ovos e abobrinha ralada / Arroz / Vinagrete  Melancia	Galinhada (arroz, frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Salada de repolho com tomate  Banana	Arroz carreteiro / Feijão / Salada de alface com cenoura  Laranja
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14:10	Chá mate / Pão com geleia	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Suco de polpa / Torta de carne com legumes	logurte / Bolo de fubá	Leite batido com polpa de fruta / Torrada de pão com geleia
<b>Composição Nutricional</b> (Média semanal)		<b>Energia</b> (Kcal)	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
			133g	31g	29g
			58%	14%	29%



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

**NOTA:** Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E ESPORTE DE JARAGUARI – MS**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  
**ESCOLA MUNICIPAL DIONÍZIO ANTÔNIO VIEIRA**

**CARDÁPIO – ENSINO FUNDAMENTAL I**  
**QUILOMBOLA**  
**ZONA RURAL**  
**FAIXA ETÁRIA (6 - 10 anos)**  
**PERÍODO INTEGRAL**

Necessidades Alimentares Especiais: *(se for o caso)*

**NOVEMBRO/2023**

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 9:00	Chá mate / Biscoito doce	Leite batido com polpa de fruta / Pão com alface, presunto e queijo	logurte / Bolo de banana com aveia	Vitamina de banana com aveia / Pão com queijo	Leite batido com polpa de fruta / Torrada de pão com manteiga
<b>ALMOÇO</b> 11:30	Macarrão a bolonhesa / Feijão / Salada de repolho com cenoura	Bobó de frango com milho verde / Arroz	Farofa de carne moída, ovos e abobrinha ralada / Arroz / Vinagrete  Melancia	Galinhada (arroz, frango, cenoura, ervilha e cheiro-verde) / Salada de repolho com tomate  Banana	Arroz carreteiro / Feijão / Salada de alface com cenoura  Laranja
<b>LANCHE DA TARDE</b> 14:10	Chá mate / Pão com geleia	Suco de polpa / Torta de frango com legumes	Suco de polpa / Torta de carne com legumes	logurte / Bolo de fubá	Leite batido com polpa de fruta / Torrada de pão com geleia
<b>Composição nutricional</b> <b>(Média semanal)</b>		<b>Energia</b> <b>(Kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>PTN (g)</b>	<b>LPD (g)</b>
			<b>55% a 65% do VET</b>	<b>10% a 15% do VET</b>	<b>15% a 30% do VET</b>
		1142,36 Kcal	178g	38g	32g
			62%	14%	26%



Suellen Vinci, CRN-3 51558

Cardápio sujeito a alterações.

**NOTA:** Usar os hortifrutícolas no cardápio de acordo com a disponibilidade de entrega. O cardápio deve ser fixado na parede da cozinha e em local visível aos alunos e comunidade escolar.