

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)

MAIO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA			
LANCHE I MATUTINO - 7:30 VESPERTINO - 12:20	Leite	Leite	Leite	Leite	Leite			
LANCHE II MATUTINO - 09:40 VESPERTINO - 14:20	Arroz com carne moída e cenoura / Feijão / Mandioca cozida Caqui	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão / Batata cozida Banana	Carne de panela com milho verde/ Arroz / Feijão / Salada de cenoura e tomate / Abacaxi	Omelete com milho e tomate / Macarrão ao alho e óleo / Salada mista (beterraba, repolho e cenoura) / Caqui	Molho de frango / Arroz / Feijão / Batata doce Salada de repolho com abacaxi / Tangerina			
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	25% a 35% do VET				
	312,81 Kcal	43g	11g	11g	226,30	20,55	200,92	1,49
		55%	14%	32%				



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)*

MAIO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA		4ª FEIRA		5ª FEIRA		6ª FEIRA	
LANCHE I MATUTINO - 7:40 VESPERTINO - 12:30	Leite com aveia / Biscoito água e sal	Leite batido com polpa de fruta / Bolo simples		Leite com aveia / Pão de queijo		Suco de abacaxi Pão com patê (frango, cenoura, cheiro-verde, creme de leite)		Leite com aveia / Pão caseiro com manteiga	
LANCHE II MATUTINO - 09:50 VESPERTINO - 14:30	Arroz com carne moída e cenoura / Feijão / Mandioca cozida Caqui	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão / Batata cozida Banana		Carne de panela com milho verde/ Arroz / Feijão / Salada de cenoura e tomate / Abacaxi		Omelete com milho e tomate / Macarrão ao alho e óleo / Salada mista (beterraba, repolho e cenoura) / Caqui		Frango assado com batata doce / Arroz / Feijão / Salada de repolho com abacaxi / Tangerina	
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	25% a 35% do VET				
		473,77Kcal	67g	14g	17g	385,74	26,59	193,96	2,43
			57%	12%	33%				



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)*

MAIO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE I MATUTINO - 7:50 VESPERTINO - 12:40	Leite com aveia / Biscoito água e sal	Leite batido com polpa de fruta / Bolo simples	Leite com aveia / Pão de queijo	Suco de abacaxi Pão com patê (frango, cenoura, cheiro-verde, creme de leite)	Leite com aveia / Pão caseiro com manteiga
LANCHE II MATUTINO - 10:00 VESPERTINO - 14:40	Arroz com carne moída e cenoura / Feijão / Mandioca cozida Caqui	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão / Batata cozida Banana	Carne de panela com milho verde/ Arroz / Feijão / Salada de cenoura e tomate / Abacaxi	Omelete com milho e tomate / Macarrão ao alho e óleo / Salada mista (beterraba, repolho e cenoura) / Caqui	Frango assado com batata doce / Arroz / Feijão / Salada de repolho com abacaxi / Tangerina
Composição Nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 516,11 Kcal	CHO (g) 55% a 65% do VET 76g 59%	PTN (g) 10% a 15% do VET 15g 12%	LPD (g) 15% a 30% do VET 18g 30%	



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.

MAIO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE I MATUTINO 7:50	Leite (zero lactose) com aveia / Biscoito vegano	Leite (zero lactose) batido com polpa de fruta / Bolo simples*	Leite (zero lactose) com aveia / Biscoito vegano	Suco de abacaxi / Pão vegano com frango, cenoura e cheiro-verde	Leite (zero lactose) com aveia / Pão integral vegano com geleia de amora
LANCHE II MATUTINO 10:00	Arroz com carne moída, cenoura e ervilha / Mandioca cozida Caqui	Frango ao molho ferrugem com ervilha / Arroz / Batata cozida Banana	Carne de panela / Arroz com vagem / Salada de cenoura Abacaxi	Omelete simples / Macarrão ao alho e óleo / Salada mista (beterraba, repolho e cenoura) Caqui	Frango assado com batata doce / Arroz com ervilha / Salada de repolho com abacaxi Tangerina

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.** Substituir o feijão 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.

MAIO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE I VESPERTINO - 12:40	Leite (zero lactose) com aveia / Biscoito água e sal	Leite (zero lactose) batido com polpa de fruta / Bolo simples*	Leite (zero lactose) com aveia / Biscoito vegano	Suco de abacaxi / Pão vegano com frango, cenoura e cheiro-verde	Leite (zero lactose) com aveia / Pão integral vegano com geleia de amora
LANCHE II VESPERTINO - 14:40	Arroz com carne moída e cenoura / Feijão / Mandioca cozida Caqui	Frango ao molho ferrugem / Arroz / Feijão Banana	Carne de panela com milho verde/ Arroz / Feijão / Salada de cenoura e tomate Abacaxi	Omelete com milho e tomate / Macarrão ao alho e óleo / Salada mista (beterraba, repolho e cenoura) Caqui	Frango assado com batata doce / Arroz / Feijão / Salada de repolho com abacaxi Tangerina

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;

→ **NUNCA** utilizar margarina para produção de refeições, bolos, tortas e pães do aluno, 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;

→ 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)

MAIO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE MANHÃ 08:40 TARDE 13:50	Arroz com carne moída e cenoura / Feijão / Mandioca cozida	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão	Carne de panela com milho verde / Arroz / Feijão / Salada de cenoura e tomate Abacaxi	Omelete com milho e tomate / Macarrão ao alho e óleo / Salada mista (beterraba, repolho e cenoura) Caqui	Molho de frango / Arroz / Feijão / Batata doce Salada de repolho com abacaxi Tangerina
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		61g	15g	9g	
		63%	15%	22%	



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.

MAIO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE 13:50	Arroz com carne moída e cenoura / Feijão / Mandioca cozida	Frango ao molho ferrugem / Arroz / Feijão	Carne de panela com milho verde/ Arroz / Feijão / Salada de cenoura e tomate Abacaxi	Omelete com milho e tomate / Macarrão ao alho e óleo / Salada mista (beterraba, repolho e cenoura) Caqui	Molho de frango / Arroz / Feijão / Batata doce / Salada de repolho com abacaxi Tangerina

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.



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)*

MAIO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE 14:00	Arroz com carne moída e cenoura / Feijão / Mandioca cozida	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão	Carne de panela com milho verde/ Arroz / Feijão / Salada de cenoura e tomate Abacaxi	Omelete com milho e tomate / Macarrão ao alho e óleo / Salada mista (beterraba, repolho e cenoura) Caqui	Frango assado com batata doce / Arroz / Feijão / Salada de repolho com abacaxi Tangerina
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		61g	15g	9g	
		63%	15%	22%	



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)

MAIO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Leite com aveia e cacau / Pão com manteiga	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito água e sal	Leite com aveia e cacau / Pão de queijo	Leite batido com polpa de fruta / Pão com geleia	Chá mate / Biscoito água e sal
ALMOÇO 11:30	Arroz com carne moída e cenoura / Feijão / Mandioca cozida	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão / Banana	Carne de panela com milho verde/ Arroz / Feijão / Salada de cenoura e tomate / Abacaxi	Omelete com milho e tomate / Macarrão ao alho e óleo / Salada mista (beterraba, repolho e cenoura) / Caqui	Frango assado com batata doce / Arroz / Feijão / Salada de repolho com abacaxi / Tangerina
LANCHE DA TARDE 14:10	Leite batido com polpa de fruta / Bolo de fubá	Suco de polpa / Torta de carne moída com legumes	Suco de polpa / Pão com carne moída	logurte / Biscoito maisena	Suco de abacaxi / Pão com patê (frango, cenoura, cheiro-verde, creme de leite)
Composição Nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		1002,64 Kcal	142g	35g	34g
			57%	14%	30%



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)

MAIO/2023

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 9:00	Leite com aveia e cacau / Pão com manteiga	Leite batido com polpa de fruta / Biscoito água e sal	Leite com aveia e cacau / Pão de queijo	Leite batido com polpa de fruta / Pão com geleia	Chá mate / Biscoito água e sal
ALMOÇO 11:30	Arroz com carne moída e cenoura / Feijão / Mandioca cozida	Estrogonofe de frango / Arroz / Feijão / Banana	Carne de panela com milho verde/ Arroz / Feijão / Salada de cenoura e tomate / Abacaxi	Omelete com milho e tomate / Macarrão ao alho e óleo / Salada mista (beterraba, repolho e cenoura) / Caqui	Frango assado com batata doce / Arroz / Feijão / Salada de repolho com abacaxi / Tangerina
LANCHE DA TARDE 14:10	Leite batido com polpa de fruta / Bolo de fubá	Suco de polpa / Torta de carne moída com legumes	Suco de polpa / Pão com carne moída	logurte / Biscoito maisena	Suco de abacaxi / Pão com patê (frango, cenoura, cheiro-verde, creme de leite)
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal) 1179,58 Kcal	CHO (g)		PTN (g)	LPD (g)
		55% a 65% do VET		10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		173g		43g	36g
		59%		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.