



PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÁ

Departamento Municipal de Educação
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE



CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL:

BERÇARIO, MINI MATERNAL E MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (1 A 3 ANOS), PRÉ 1 E PRÉ 2 PARCIAL (3 A 5 ANOS)

	2ª FEIRA – 06/11	3ª FEIRA – 07/11	4ª FEIRA – 08/11	5ª FEIRA – 09/11	6ª FEIRA – 10/11
Café da manhã 8:05 e 8:15	Leite puro/ pão francês com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ bolo de chocolate sem açúcar
Almoço 10:30 e 10:50	Arroz/ feijão/ polenta/ carne moída/ salada de repolho com cenoura ralada Sobremesa: maçã	Arroz/ feijão/ pernil picadinho/ purê de batata doce/ salada de alface com tomate Sobremesa: Banana	Arroz/ feijão/ peito de frango ao molho/ quixerinha/ salada de repolho Sobremesa: Melão	Arroz/ feijão/ frango ao molho com batata/ salada de alface e chuchu refogado Sobremesa: Ponkan	Arroz/ feijão/ carne ao molho com legumes (cenoura e abobrinha)/ salada de alface Sobremesa: Laranja
Fruta (Parcial tarde) 13:00	Maçã	Laranja	Melão	Banana	Pêra
Lanche da tarde 15:00 e 15:15	Suco / Pão francês com carne moída	Macarrão com Frango desfiado / Salada	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ bolo de chocolate sem açúcar	Suco / esfirra de carne moída
Fruta (Integral)	Maçã	Laranja	Melão	Banana	Pêra

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Média semanal manhã	492,00	70g	21g	15g	295,33	34,84	153,76	3,11
Média semanal tarde	432,02	72	15	21	117,54	56,85	134,24	4,27
Média semanal integral	800,35	118g	33g	24g	375,37	66,72	241,85	66,72

*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

**As frutas podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

*** PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar.

****Crianças com Alergia ou intolerância ao leite devem receber o leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

Renata Volpe Vieira Paganote
Renata Volpe Vieira Paganote
Nutricionista Responsável Técnica
CRN8 – 7267



PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÁ

Departamento Municipal de Educação
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE



CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: MINI MATERNAL E MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS), PRÉ 1 E PRÉ 2 PARCIAL (3 A 5 ANOS)

	2ª FEIRA – 13/11	3ª FEIRA – 14/11	4ª FEIRA – 15/11	5ª FEIRA – 16/11	6ª FEIRA – 17/11
Café da manhã 8:05 e 8:15	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga		Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro / pão de queijo
Almoço 10:30 e 10:50	Arroz/ feijão/ carne moída com legumes/ salada de repolho Sobremesa: maçã	Arroz/ feijão/ carne suína picadinha/ farofa com ovo abobrinha/ salada beterraba Sobremesa: Banana		Arroz/ feijão/ frango assado/ maionese/ salada de chuchu Sobremesa: Melão	Arroz/ feijão/ carne ao molho / batata doce/ salada de alface Sobremesa: Laranja
Fruta (Parcial tarde) 13:00	Maçã	Laranja		Banana	Melão
Lanche da tarde 15:00 e 15:15	Suco / Pão francês com carne moída	Macarrão com carne moída / Salada		Leite puro/ sanduiche natural com frango com pão caseiro	Leite puro / pão de queijo
Fruta (Integral)	Maçã	Laranja		Banana	Melão

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Média semanal manhã	529,46	80g	21g	15g	74,61	23,33	138,70	2,84
Média semanal tarde	464,47	90g	20g	7g	43,67	43,71	75,98	5,74
Média semanal integral	878,36	144g	38g	21g	109,55	45,87	196,09	8

*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

**As frutas podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

*** PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar.

****Crianças com Alergia ou intolerância ao leite devem receber o leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

Renata Volpe Vieira Paganote
Renata Volpe Vieira Paganote
Nutricionista Responsável Técnica
CRN8 – 7267



PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÁ

Departamento Municipal de Educação
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE



CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: MINI MATERNAL E MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS), PRÉ 1 E PRÉ 2 PARCIAL (3 A 5 ANOS)

	2ª FEIRA – 20/11	3ª FEIRA – 21/11	4ª FEIRA – 22/11	5ª FEIRA – 23/11	6ª FEIRA – 24/11
Café da manhã 8:05 e 8:15	Leite puro/ pão francês com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ bolo de chocolate sem açúcar
Almoço 10:30 e 10:50	Arroz/ feijão/ polenta/ carne moída/ salada de repolho Sobremesa: maçã	Arroz/ feijão/ pernil picadinho/ quixerinha/ salada de alface com tomate Sobremesa: Banana	Arroz/ feijão/ peito de frango ao molho/ salada de repolho com cenoura ralada Sobremesa: Laranja	Arroz/ feijão/ frango ao molho com batata/ salada de alface e chuchu refogado Sobremesa: Ponkan	Arroz/ feijão/ carne ao molho com legumes / salada de alface Sobremesa: Mamão
Fruta (Parcial tarde) 13:00	Maçã	Laranja	Pêra	Banana	Melão
Lanche da tarde 15:00 e 15:15	Suco / Pão francês com carne moída	Macarrão com Frango desfiado / Salada	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ bolo de chocolate sem açúcar	Leite puro / esfirra de carne moída
Fruta (Integral)	Maçã	Laranja	Pêra	Banana	Melão

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Média semanal manhã	486,25	70g	22g	14g	170,07	38,71	156,69	3,07
Média semanal tarde	386,36	60g	15g	13g	122,70	36,33	156,51	3,73
Média semanal integral	811,51	120g	34g	25g	275,29	75,03	281,06	6,35

*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

**As frutas podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

*** PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar.

****Crianças com Alergia ou intolerância ao leite devem receber o leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

Renata Volpe Vieira Paganote
Renata Volpe Vieira Paganote
Nutricionista Responsável Técnica
CRN8 – 7267



PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÁ

Departamento Municipal de Educação
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE



CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: MINI MATERNAL E MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS), PRÉ 1 E PRÉ 2 PARCIAL (3 A 5 ANOS)

	2ª FEIRA – 27/11	3ª FEIRA – 28/11	4ª FEIRA – 29/11	5ª FEIRA – 30/11	6ª FEIRA – 01/12
Café da manhã 8:05 e 8:15	Leite puro/ pão francês com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ biscoito de polvilho
Almoço 10:30 e 10:50	Arroz/ feijão/ carne moída com legumes/ salada de repolho Sobremesa: maçã	Arroz/ feijão/ carne suína picadinha/ farofa com ovo abobrinha/ salada beterraba Sobremesa: Banana	Arroz/ feijão/ polenta / peito de frango ao molho / salada de repolho Sobremesa: Laranja	Arroz/ feijão/ frango assado/ maionese/ salada de chuchu Sobremesa: Melão	Arroz/ feijão/ carne bovina ao molho / purê de batata doce/ salada de alface Sobremesa: Mamão
Fruta (Parcial tarde) 13:00	Maçã	Laranja	Pêra	Banana	Melão
Lanche da tarde 15:00 e 15:15	Suco / Pão francês com carne moída	Macarrão com carne moída / Salada	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ biscoito de polvilho	Suco / torta de frango com legumes
Fruta (Integral)	Maçã	Laranja	Pêra	Banana	Melão

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Média semanal manhã	480,43	71g	21g	13g	342,46	39,75	126,78	2,91
Média semanal tarde	295,11	49g	12g	5g	84,1	25,38	75,73	3,32
Média semanal integral	768,38	119g	32g	21g	426,55	65,13	202,42	6,22

*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

**As frutas podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

*** PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar.

****Crianças com Alergia ou intolerância ao leite devem receber o leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

Renata Volpe Vieira Paganote
Renata Volpe Vieira Paganote
Nutricionista Responsável Técnica
CRN8 – 7267



PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÁ

Departamento Municipal de Educação
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE



CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: MINI MATERNAL E MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS), PRÉ 1 E PRÉ 2 PARCIAL (3 A 5 ANOS)

	2ª FEIRA – 04/12	3ª FEIRA – 05/12	4ª FEIRA – 06/12	5ª FEIRA – 07/12	6ª FEIRA – 08/12
Café da manhã 8:05 e 8:15	Leite puro/ pão francês com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ bolo de banana sem açúcar
Almoço 10:30 e 10:50	Arroz/ feijão/ carne moída com legumes/ salada de repolho Sobremesa: maçã	Arroz/ feijão/ pernil picadinho/ quixerinha/ salada de alface com tomate Sobremesa: Banana	Arroz/ feijão/ peito de frango ao molho/ salada de repolho com cenoura ralada Sobremesa: Laranja	Arroz/ feijão/ frango ao molho com batata/ salada de alface e chuchu refogado Sobremesa: Ponkan	Arroz/ feijão/ carne ao molho com legumes / salada de alface Sobremesa: Mamão
Fruta (Parcial tarde) 13:00	Maçã	Laranja	Pêra	Banana	Melão
Lanche da tarde 15:00 e 15:15	Suco / Pão francês com carne moída	Macarrão com Frango desfiado / Salada	Leite puro/ sanduiche natural com frango com pão caseiro	Leite puro/ bolo de banana sem açúcar	Suco / Quibe assado
Fruta (Integral)	Maçã	Laranja	Pêra	Banana	Melão

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Média semanal manhã	529,46	80g	21g	15g	74,61	23,33	138,70	2,84
Média semanal tarde	464,47	90g	20g	7g	43,67	43,71	75,98	5,74
Média semanal integral	878,36	144g	38g	21g	109,55	45,87	196,09	8

*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

**As frutas podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

*** PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar.

****Crianças com Alergia ou intolerância ao leite devem receber o leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

Renata Volpe Vieira Paganote
Renata Volpe Vieira Paganote
Nutricionista Responsável Técnica
CRN8 – 7267



PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÁ

Departamento Municipal de Educação
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE



CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: MINI MATERNAL E MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS), PRÉ 1 E PRÉ 2 PARCIAL (3 A 5 ANOS)

	2ª FEIRA – 11/12	3ª FEIRA – 12/12	4ª FEIRA – 13/12	5ª FEIRA – 14/12	6ª FEIRA – 15/12
Café da manhã 8:05 e 8:15	Leite puro/ pão francês com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ bolo de chocolate sem açúcar
Almoço 10:30 e 10:50	Arroz/ feijão/ polenta/ carne moída/ salada de repolho com cenoura ralada Sobremesa: maçã	Arroz/ feijão/ carne suína picadinha/ purê de batata doce/ salada beterraba Sobremesa: Banana	Arroz/ feijão/ quixerinha / peito de frango ao molho / salada de repolho Sobremesa: Laranja	Arroz/ feijão/ frango assado/ maionese/ salada de chuchu Sobremesa: Melão	Arroz/ feijão/ carne ao molho com legumes / salada de alface Sobremesa: Mamão
Fruta (Parcial tarde) 13:00	Maçã	Laranja	Pêra	Banana	Melão
Lanche da tarde 15:00 e 15:15	Suco / Pão francês com carne moída	Macarrão com carne moída / Salada	Leite puro/ pão caseiro com manteiga	Leite puro/ bolo de chocolate sem açúcar)	Suco / torta de frango com legumes
Fruta (Integral)	Maçã	Laranja	Pêra	Banana	Melão

COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
Média semanal manhã	492,00	70g	21g	15g	295,33	34,84	153,76	3,11
Média semanal tarde	432,02	72	15	21	117,54	56,85	134,24	4,27
Média semanal integral	800,35	118g	33g	24g	375,37	66,72	241,85	66,72

*Este cardápio pode sofrer alterações definidas pela nutricionista responsável

**As frutas podem sofrer alterações, conforme safra e grau de maturidade

*** PROIBIDO crianças menores de 3 anos consumirem leite com chocolate, chá, suco e qualquer outro alimento que tenha adição de açúcar.

****Crianças com Alergia ou intolerância ao leite devem receber o leite de soja ou zero lactose, respectivamente.

Renata Volpe Vieira Paganote
Renata Volpe Vieira Paganote
Nutricionista Responsável Técnica
CRN8 – 7267



PREFEITURA MUNICIPAL DE ARAPUÁ

Departamento Municipal de Educação
Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE



ORIENTAÇÕES GERAIS

- Oferecer salada todos os dias, caso necessário, organizar conforme disponibilidade de entrega da agricultura familiar;
 - Colocar no prato de todas as crianças a salada;
- A consistência dos alimentos deverá ser modificada de acordo com a idade da criança e o desenvolvimento;
 - Oferecer água várias vezes ao dia;
- As frutas poderão ser servidas mistas, cortadas e conforme disponibilidade para incentivar aceitação e o consumo;
- Os alunos alérgicos ou intolerantes terão o cardápio adaptado, ex. alérgicos a ovo: ofertar as preparações do dia e nas receitas retirar os ovos; alérgicos ou intolerantes ao leite: oferecer leite sem lactose ou de soja e retirar o leite ou queijo das preparações (consultar lista de alunos alérgicos).

Renata Volpe Vieira Paganote
Renata Volpe Vieira Paganote
Nutricionista Responsável Técnica
CRN8 – 7267