

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

Cardápio Almoço CEIS crianças a partir de 08 meses - 2019

Para as crianças de 06 meses a 08 meses seguir orientações e cardápio específico para esta faixa etária
É OBRIGATORIO A OBSERVAÇÃO DO CARDAPIO

DIA DA SEMANA	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
	Arroz/feijão Molho de carne moída Batata doce cozida Salada verde	Feijão/Arroz; Frango Assado Legumes refogados Salada verde (folhosos)	Arroz/feijão; Batata em cubos Paleta bovina ao molho Salada de brócolis	Feijão/Arroz Frango ao molho Salada de cenoura cozida	Lentilha/arroz Frango ao molho Farofa de repolho Salada de beterraba
Porcionamento:	Arroz/ feijão Paleta bovina molho/ Macarrão Abóbora cozida	Lentilha/arroz colorido Carne suína ao molho Quirerinha Acelga refogada	Feijão/arroz Frango ao Molho Batata doce cozida Salada de brócolis	Feijão/ Arroz Molho de moída Legumes refogados Salada verde	Feijão/arroz Frango ao molho Farofa ovo e legumes Salada de beterraba
Carne: 1 colh sopa Feijão: 1 co peg Arroz: 2 colh nivel Legumes: 1 colh sopa cheia Guarnição: colh sopa nivelada	Feijão/arroz Frango ao molho Aipim Salada Verde	Arroz/feijão Mini almondegas ao molho Polenta Salada de couve - flor	Arroz/ feijão Frango ao molho com legumes Macarrão Salada verde	Lentilha/ Arroz Paleta bovina ao molho Purê de batata Salada verde	Feijão/arroz Escondidinho aipim com carne moída Salada de cenoura crua

MÉDIA NUTRICIONAL SEMANAL: KCAL (g) = 365 CH(g) = 60 PTN (g)= 15 LIP (g) = 14

NOTA:

NÃO É PERMITIDO OFERECER SOPA COMO PREPARAÇÃO DE ALMOÇO

OS LEGUMES DEVEM SER ADAPTADOS DE ACORDO COM A DISPONIBILIDADE DO DIA -

(Acelga, couve, couve - flor, alface, brócolis, repolho, cenoura, abóbora, batata, batata doce, aipim, beterraba, cenoura cozida)

ATENÇÃO PARA O SAL

Lucia F. Bialeski

Lucia de F. Bialeski – CRN/10 1313/ Nutricionista Secretária de Educação





PAPANDUVA

GOVERNO DO MUNICÍPIO

GOVERNO DO MUNICÍPIO DE PAPANDUVA
SECRETARIA DA EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



CARDÁPIO DE PREPARAÇÕES PARA CRIANÇAS DE 06 AOS 12 MESES - 2019

IDADE	CAFÉ DA MANHÃ - 8:30H	LANCHE MANHÃ 10H	ALMOÇO 11:30H	LANCHE DA TARDE 14H	JANTAR 16H
6 M	FORMULÁ INFANTIL	FRUTA RASPADA	PAPA AMASSADA DE LEGUMES	FORMULÁ INFANTIL	PREPARAÇÃO 01 - RECEITAS
7 M	FORMULÁ INFANTIL	FRUTA RASPADA	PAPA AMASSADA COM LEGUMES E GEMA DE OVO	FORMULÁ INFANTIL	PREPARAÇÃO 02 - RECEITAS
8M	FORMULÁ INFANTIL	GELATINA SEM SABOR COM SUCO DE FRUTAS	PAPA DE LEGUMES E CEREAIS CALDO FEIJÃO CARNE OU GEMA DE OVO	BATIDA DE FRUTAS COM AVEIA OU CEREAL DE TRIGO OU ARROZ	PREPARAÇÃO 03 - RECEITAS
9M	FORMULÁ INFANTIL	FRUTA RASPADA	PAPA DE LEGUMES CARNE OU OVO CALDO DE FEIJÃO	BOLO SIMPLES LEITE NO COPO	PREPARAÇÃO 04 - RECEITAS
10 A 12 M	FORMULÁ INFANTIL	FRUTAS EM PEDAÇOS OU SALADA DE FRUTAS	ARROZ FEIJÃO CARNE LEGUMES COZIDOS	MINGAU DE AVEIA COM BANANA	PREPARAÇÃO 05 - RECEITAS

MÉDIA DE CALORIAS DIÁRIAS 550 KCAL

FRUTAS DISPONÍVEIS O ANO TODO: BANANA; BANANA PRATA; MAMÃO; MAÇÃ; LARANJA - DE EPOCA (CONSULTAR CALENDÁRIO); MELANCIA; PERA; TANGERINA; LARANJA AÇUCAR; CAQUI

NÃO É PERMITIDO OFERECER BISCOITO ENTRE O ALMOÇO E LANCHE

O BISCOITO DEVE SER OFERECIDO PARA CRIANÇAS A PARTIR DE 12 MESES CONFORME O CARDÁPIO

Luíza de Fátima Bialéski
 Luíza de Fátima Bialéski
 CRN/10 - 1313
 Nutricionista Secretária
 de Educação



GOVERNO DE PAPANDUVA

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

FNDE

Fundo Nacional
de Desenvolvimento
da Educação

• LANCHES BERÇÁRIOS

HORARIO 14 HORAS	04 A 06 MESES	07 A 09 MESES	10 A 12 MESES	OBS
01	Banana prata cozida	Musse de frutas (Gelatina sem sabor e suco de frutas)	Mousse de frutas (gelatina sem sabor e suco de frutas)	<ul style="list-style-type: none">- Não acrescentar açúcar as preparações.- Não ferver a formula infantil.- Higienizar as frutas antes de descascar e coser- Frutas podem ser substituídas na época de maior disponibilidade
02	Mamão Papaia amassado	Mingau de aveia com banana (Formula infantil)	Mingau de aveia com banana (Formula infantil)	
03	Papa de maçã cozida	Vitamina de Frutas (formula infantil)	Vitamina de Frutas (formula infantil)	
04	Banana prata cozida Substituir por pera quando for a época	Banana prata bem madura amassada	Bolo seco e suco de uva	
05	Purê de maçã	Mamão amassado	Leite (Formula infantil) Biscoitos	

- A Introdução de alimentos ultraprocessados e açúcar, nos primeiros anos de vida estão relacionados a doenças do trato digestório, alergias e outras.



Luzia de Fatima Bialeski
Luzia de Fatima Bialeski
CRN/10 - 1013
Nutricionista Secretaria
de Educação



PREFEITURA MUNICIPAL DE PAPANDUVA -SC
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

LANCHE – CEI
ANO LETIVO – 2019

Horário do Servimento as 14:30 a 15H

2ª feira	3ª feira	4ª feira
PREPARAÇÃO 1 Suco de mamão e laranja Bolo salgado	PREPARAÇÃO 1 Batida de frutas (banana, maçã e mamão ou morango) com aveia/linhaça	PREPARAÇÃO 1 Chá mate com leite Torta salgada de frango
PREPARAÇÃO 2 Suco de abacaxi com hortelã Mini sfiha de carne moída	PREPARAÇÃO 2 Suco de Laranja Bolo simples Banana	PREPARAÇÃO 2 Suco de Maracujá Bolo de fubá com laranja
5ª feira	6ª feira	MORANGO deve ser higienizado e oferecido a fruta inteira. Utilizar em batidas só o excedente. EVITAR O CONGELAMENTO DA FRUTA
PREPARAÇÃO 1 Suco de laranja Cuca de farofa	PREPARAÇÃO 1 Yogurte Biscoitos Frutas	
PREPARAÇÃO 2 Suco de laranja com beterraba bolo salgado de legumes	PREPARAÇÃO 2 Bolo inglês Suco de maracujá ou melancia	

QUANTIDADES A SEREM OFERECIDAS A CADA CRIANÇA:

- Uma fatia média de bolo doce ou salgado;
- ½ Caneca de suco ou logurte
- 4 Unidades de biscoitos;
- Frutas em pedaço, pequenos;
- Utilizar pratos para os bolos e frutas;

NOTA: Dar repetição sempre que solicitado;

Os Sucos podem ser substituídos, conforme a disponibilidade de frutas do dia;
As preparações (Bolos, tortas) devem ser servidas em temperatura ambiente, devendo ser preparadas no período da manhã para servir a tarde.

Para as crianças que permanecem na Escola até as 17:30 ou 18h oferecer lanche extra, frutas e biscoitos com sucos ou vitaminas.

NOTA: É OBRIGATÓRIO A OBSERVAÇÃO DO CARDÁPIO ANEXAR EM LOCAL VISÍVEL AOS PAIS

Luzia de F. Bialéski
Luzia de F. Bialéski
CRN/10 - 1313
Nutricionista Secretária
de Educação



REFEITURA MUNICIPAL DE PAPANDUVA - SC
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE



PREPARAÇÕES DO CARDÁPIO:
LANCHES E CAFÉ DA MANHÃ C E I S

ANO LETIVO DE 2019

CAFÉ DA MANHÃ

Horário de servimento: 8:30H

<i>Segunda - Feira</i>	<i>Terça - Feira</i>
<i>Chá com leite Pão de beterraba Margarina</i>	<i>Chá Pão integral com semente de linhaça Doce de leite</i>
<i>Quarta- Feira</i>	<i>Quinta - Feira</i>
<i>Achocolatado Pão de cenoura ou abóbora Margarina</i>	<i>Café com leite Pão branco Doce de frutas</i>
<i>Sexta - Feira</i>	IMPORTANTE
<i>Café com leite Biscoitos Atentar para a consistência (líquida)</i>	Diariamente as 10 horas servir frutas <i>Para hidratação: oferecer água em pequenas quantidades ao longo do dia</i>

QUANTIDADES A SEREM OFERECIDAS:

1 parte de café ou chá para 2 de leite
1 fatia média de pão
1 ponta de faca de doce ou margarina
½ caneca de achocolatado

Dar repetição conforme necessidade

NOTA: É OBRIGATÓRIO A OBSERVAÇÃO DO CARDÁPIO


Luzia de F. Bialéski
CRN/10 - 1313
Nutricionista Secretária
de Educação



GOVERNO DE PAPANDUVA

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



A partir dos 6 meses de idade a criança precisa começar a receber alimentos diferentes, além do leite materno, para crescer e se desenvolver adequadamente.

COMPOSIÇÃO DO ALMOÇO:

- Uma fonte de carboidrato fornecedor de energia (massa, batata, batata doce, aipim, quirera, arroz, fubá etc), arroz;
- Uma fonte de proteína, animal e vegetal (carne, ovos, feijão, peixe)
- Duas fontes de vitaminas, fibras e minerais (legumes e verduras como: brócolis, cenoura, couve-flor, beterraba e tomate, etc);
- Fonte de lipídios (óleos e gorduras acrescentados ou como parte da composição do alimento);

Porções Per capita por refeição na Instituição:

Alimentos preparados	Quantidade
Carnes (triturada ou desfiada)	1 colher de sopa
Leguminosas (feijão; lentilha)	1 colher de sopa
Cereais pães e tubérculos (1 refeição deve ser composta por: Arroz; mandioca ou batata ou macarrão)	Arroz: 1 colher Mandioca: ½ colher Batata: 1 colher Macarrão: 1 colher Pão: ½ fatia
Verduras e legumes	1 colher do alimento picado abóbora; brócolis; cenoura; acelga
Frutas	½ unidade Banana; maçã; mamão hawai; laranja
Água filtrada	Oferecer nos intervalos das refeições em pequenos goles
Leites e produtos lácteos	150ml - 1 copo americano

Luzia de Fatima Bialeski
Luzia de Fatima Bialeski
CRN/10 - 1313
Nutricionista Secretária
de Educação



Fonte: Ministério da Saúde – Sociedade Brasileira de Pediatria
Luzia de Fatima Bialeski-CRN 10/1313- Secretária Municipal de Educação



GOVERNO DE PAPANDUVA

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

FNDE

Fundo Nacional
de Desenvolvimento
da Educação

ORIENTAÇÕES GERAIS ALIMENTAÇÃO INFANTIL

- ✓ Não é permitido oferecer sopa rala como preparação de almoço;
- ✓ No café da manhã motivar a criança a não utilizar a mamadeira, oferecer o leite no copo. A partir de 10 meses essa motivação deve ser intensificada;
- ✓ Obrigatoriamente, diariamente, nos intervalos das refeições deve-se oferecer frutas;
- ✓ Não oferecer chá e café;
- ✓ Para hidratação oferecer ao longo do dia água fervida ou filtrada em pequenas quantidades;
- ✓ Não oferecer verduras e legumes crus;
- ✓ A partir de 1 ano, a criança já pode comer a comida que os adultos comem: arroz, feijão, verduras, carne cozida e salada, mas tudo deve estar muito bem picado e cozido e oferecidos em temperatura "morna";
- ✓ A partir de 1 anos e 06 meses a criança deve ser alimentada no refeitório e estimulada a comer sozinha;
- ✓ Os alimentos devem ser amassados com garfo e nunca batidos em liquidificador exceto a carne **(EXCETO SOB ORIENTAÇÃO MÉDICA)**;
- ✓ Os temperos devem ser moderados, atentar para o sal, que deve ser bem pouquinho;
- ✓ É importante que a educadora que acompanha a criança durante as refeições incentive a mastigação;
- ✓ As mamadeiras devem ser higienizadas adequadamente, com detergente e água quente, fervidas ou esterilizadas ao menos uma vez por semana, ou conforme a necessidade, cada mamadeira deve ter **sua tampa**.
- ✓ Alimentar a criança de acordo com sua idade;
- ✓ Cada criança deve ser alimentada individualmente utilizando-se 1 prato e um talher, é proibido utilizar 1 prato ou talher para alimentar mais de uma criança;
- ✓ **Não é permitido oferecer leite de vaca para crianças menores de 12 meses somente a formula infantil disponibilizada pela família ou Secretaria de Educação;**



Luzia de Fátima Bialeski
Nutricionista da Secretaria de Educação
CRN 10/1313



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE PAPANDUVA - SC - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO CEI COHAB ATENDIMENTO PARCIAL

LANCHES

HORÁRIO 14 AS 14: 30 HORAS

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª SEXTA
ESCOLHER UMA PREPARAÇÃO PARA O DIA INTERCALANDO DOCE E SALGADO				
Batida de Fruta com Aveia Ingredientes: Leite; banana; Aveia	Feijão Macarrão com molho de Moída e Legumes refogados Ingredientes: Macarrão; carne moída; acelga e cenoura; extrato tomate; cebola; alho e sal Laranja	Arroz Feijão Farofa de Ovo com Legumes Ingredientes: arroz; feijão, ovos, farinha de milho, cenoura, acelga, óleo; cebola, repolho e tomate e sal Maçã	Canjica fruta Ingredientes: Milho para canjica, leite integral, banana e açúcar (cravo, canela) Mamão	Bolo de Fubá Chá e Fruta Ingredientes: Fubá; ovos; açúcar; óleo e suco; erva de chá, leite e maçã. Banana
logurte e Biscoitos / fruta Ingredientes: biscoito doce e iogurte, banana.	Torta salgada de frango e legumes e Suco de Abacaxi Ingredientes: Farinha trigo; margarina; ovos; leite; sobrecoxa cozida; tomate; milho; brócolis; cebola; alho e sal; abacaxi e açúcar Maçã	Feijão Polenta com carne moída e salada Ingredientes: Fubá; carne moída; óleo; cebola; sal; beterraba e tomate Laranja	Feijão Risoto com legumes. Ingredientes: frango (sobrecoxa), arroz, couve flor, cenoura e brócolis óleo, sal, cebola e alho Mamão	Torta salgada de carne moída e legumes e chá/ fruta Ingredientes: Farinha trigo; margarina; ovos; leite; sobrecoxa cozida; tomate; milho; brócolis; cebola; alho e sal; abacaxi e açúcar Banana
SERVIR FRUTAS DA EPOCA A VONTADE				

Luíza de Fatima Bialeski

LUÍZA DE FATIMA BIALESKI

CRN 10/1313 -NUTRICIONISTA SECRETARIA DE EDUCAÇÃO



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE PAPANDUVA - SC - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
 Cardápio para Ensino Fundamental – Período: Ano Letivo 2019/1º SEMESTRE



20 PREPARAÇÕES

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª SEXTA
MÉDIA NUTRIENTES – KCAL(g) = 313 CH(g) = 49 PTN(g) = 14 LP (g) = 10				
1ª SEMANA - Macarrão com Molho de Frango/Salada Crua Ingredientes: macarrão parafuso, frango (sobrecoxa), cebola, alho, repolho, cenoura, óleo e sal	Canja com Legumes. Ingredientes: frango (coxinha), arroz, couve flor, cenoura ou batata doce, óleo, sal, cebola e alho. (em dias quentes, substituir por risoto)	Quiririnha com Carne Verde Ingredientes: quiririnha de milho, suína, cebola, alho, acelga ou alface, óleo e sal.	logurte/Biscoitos / fruta Ingredientes: biscoito doce, logurte, maçã	Arroz/ Feijão/ Omelete /Salada Ingredientes: arroz, feijão, ovos, cebola, beterraba alho, extrato de tomate, óleo e sal
MÉDIA NUTRIENTES – KCAL(g) = 309 CH(g) = 44 PTN = 10 LP(g) = 09				
2ª SEMANA- Polenta / Frango Molho / Salada Crua Ingredientes: fubá, sobrecoxa, tomate, cenoura repolho, cebola, alho, sal, extrato tomate, óleo	Farofa de Carne e ovos com Legumes/Suco Ingredientes: ovos, carne moída, farinha de milho, Cenoura ralada, repolho picado "bem fino" Sal; óleo, Suco de uva integral.	Sopa de Frango com legumes Ingredientes: sobrecoxa, brócolis, cenoura, aipim e macarrão, sal óleo cebola alho e cheiro verde.	Vitamina de banana com aveia. Ingredientes: leite, banana aveia. (em dias de muito frio substituir por mingau de aveia e banana)	Arroz/feijão Carne ao molho/ Salada Ingredientes: arroz, feijão, carne bovina moída, brócolis, extrato, cebola, alho óleo e sal.
MÉDIA NUTRIENTES – KCAL (g) = 330 CH(g) = 45 PTN(g) = 14 LP(g) = 09				
3ª SEMANA- Macarrão com Frango ao Molho e Salada Ingredientes: macarrão parafuso, carne de frango extrato de tomate, repolho óleo, sal, cebola e alho	Pão de cenoura com frango e Suco de uva integral Ingredientes: pão de cenoura (formato tipo pão francês) sobrecoxa de frango, óleo, alho, cebola, tomate; cheiro verde e sal. Suco de uva	Pudim de Chocolate / Fruta Ingredientes: amido de milho, pó achocolatado, leite integral e banana.	Quiririnha/ Feijão/Carne Suína/ Salada Crua Ingredientes: quiririnha de milho, paleta suína, alface, alho, óleo, sal, limão	Revirado de Feijão/ Arroz Carne Molho e Salada Ingredientes: arroz, feijão, sobrecoxa, cebola alho, extrato de tomate, farinha de milho, beterraba, óleo e sal
MÉDIA NUTRIENTES – KCAL (g) = 325 CH(g) = 48 PTN (g) = 08 LP(g) = 09				
4ª SEMANA- Risoto /Salada Ingredientes: arroz, carne coxa com sobrecoxa, legumes, beterraba, tomate, cebola, alho, óleo e sal	Canjica com Leite/ Fruta Ingredientes: milho de canjica, leite integral açúcar e maçã	Sopa de Feijão com nhoque de abóbora carne suína e Legumes. Fruta Ingredientes: feijão, farinha de trigo, ovos, abóbora, carne cebola, alho, óleo e sal. Laranja (em dias quentes substituir por farofa e salada)	Pão integral Doce de Leite ou Fruta; Achromatado Ingredientes: pão caseiro, doce de fruta, pó de achocolatado e leite integral.	Arroz Feijão, Moída ao Molho / Aipim e Salada Ingredientes: arroz feijão, aipim, carne moída, extrato, cebola alho e sal; repolho e tomate

Utilizar 01 preparação do dia da semana fazendo rodízio – cuidar para não repetir a mesma preparação durante a semana

NOTA: OS LEGUMES E VERDURAS DEVEM SER ADEQUADOS CONFORME A DISPONIBILIDADE DO DIA Utilizar Limão nas saladas

Legumes e Folhosos disponíveis: Batata doce; Cenoura; Batata inglesa; Aipim; Brócolis; Couve – Flor; Acelga; Alface; Repolho; Tomate; Beterraba

É permitida a elaboração de bolos ou cucas como preparação doce não podendo ultrapassar 2X no mês

Não Adoçar o suco de uva;

Não Lavar a carne moída;

Consultar Manual de Higiene para higienização dos folhosos consumidos crus;

Nos meses de Março e Abril todas as Unidades receberão Caqui entregue pela Agricultura Familiar.

Luiziana F. B. B. B.
 Luíza de Fatima Bialecki
 CNPQ - 1313
 CNPQ - Secretária
 de Educação



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE PAPANDUVA - SC - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO PRÉ ESCOLAR INTEGRAL- EEB MARIA AVELINA

LANCHES

HORÁRIO 14 AS 14: 30 HORAS

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª SEXTA
ESCOLHER UMA PREPARAÇÃO PARA O DIA INTERCALANDO DOCE E SALGADO				
Batida de Fruta com Aveia Ingredientes: Leite; banana; Aveia	Cuca de farofa e Suco de Maracujá Ingredientes: Farinha trigo; margarina; ovos; leite; açúcar suco concentrado de maracujá	Pudim de chocolate e Fruta Ingredientes: Leite integral Amido de milho; achocolatado; e banana	Canjica fruta Ingredientes: Milho para canjica, leite integral, banana e açúcar (cravo, canela)	Bolo de Fubá Chá e Fruta Ingredientes: Fubá; ovos; açúcar; óleo e suco; erva de chá, leite e maçã
iogurte e Biscoitos / fruta Ingredientes: biscoito doce e iogurte, banana.	Torta salgada de frango e legumes e Suco de Abacaxi Ingredientes: Farinha trigo; margarina; ovos; leite; sobrecoxa cozida; tomate; milho; brócolis; cebola; alho e sal; abacaxi e açúcar	Bolo nega maluca Suco; Fruta Ingredientes: Farinha de trigo; leite; achocolatado; ovos; açúcar; suco de maracujá concentrado	Torta salgada de carne moída e legumes e chá/ fruta Ingredientes: Farinha trigo; margarina; ovos; leite; sobrecoxa cozida; tomate; milho; brócolis; cebola; alho e sal; abacaxi e açúcar	Torta salgada de carne moída e legumes e chá/ fruta Ingredientes: Farinha trigo; margarina; ovos; leite; sobrecoxa cozida; tomate; milho; brócolis; cebola; alho e sal; abacaxi e açúcar
SERVIR FRUTAS DA EPOCA A VONTADE				

LUZIA DE FATIMA BIALESKI

CRN 10/1313 -NUTRICIONISTA SECRETARIA DE EDUCAÇÃO



PREFEITURA DO MUNICÍPIO DE PAPANDUVA - SC - SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO PRÉ ESCOLAR INTEGRAL- EEB MARIA AVELINA

ALMOÇO

HORÁRIO DE SERVIÇO – 11:30H

2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª SEXTA
Feijão Risoto com legumes. Ingredientes: frango (sobrecoca), arroz, couve flor, cenoura e brócolis óleo, sal, cebola e alho.	Feijão Quirerinha Frango ao molho, Salada de cenoura crua couve flor refogada. Ingredientes: frango (sobrecoca), quirerinha, cenoura, couve flor; óleo, sal, cebola e alho.	Feijão Arroz Batata Saute Paleta Bovina ao Molho, Salada Verde Ingredientes: arroz carne bovina paleta, batata inglesa, alface, óleo, sal, cebola e alho.	Feijão Macarrão com molho de Moída e Salada Ingredientes: Macarrão; carne moída; acelga; extrato tomate; cebola; alho e sal	Feijão com arroz Frango ao molho Batata doce Ingredientes: Feijão; arroz; sobrecoca; batata doce extrato tomate; cebola; alho; óleo e sal
Feijão Polenta com carne moída e salada Ingredientes: Fubá; carne moída; óleo; cebola; sal; repolho e tomate	Arroz Feijão Farofa de Ovo com Legumes Ingredientes: arroz; feijão, ovos, farinha de milho, cenoura, acelga, óleo; cebola, repolho e tomate e sal	Arroz Feijão Almondegas ao molho Legumes refogados Ingredientes: arroz; feijão, carne bovina moída, brócolis, couve flor e repolho, óleo; cebola, extrato de tomate e sal, farinha de trigo.	Feijão Arroz/ Quibebe Frango ao molho Salada Ingredientes: feijão, arroz abóbora, sobrecoca, acelga, óleo; cebola, extrato de tomate e sal, cenoura.	Revirado de feijão Omelete, arroz e salada de Alface Ingredientes: Feijão; arroz; Farinha de milho; ovos; alface; tomate; óleo; sal.
Utilizar uma preparação do dia da semana fazendo rodizio – cuidar para não repetir a mesma preparação durante a semana Os legumes e verduras devem ser de acordo com a disponibilidade do dia.				