

## SECRETARIA DA EDUCAÇÃO - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

## Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

## CARDÁPIO – CMEI – REGULAR

## FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 3 ANOS

## CARDÁPIO CMEIS – JULHO – 2026

		2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Refeições	Horário	06/jul	07/jul	08/jul	09/jul	10/jul
<b>Café da manhã</b>	<b>8h</b>	Leite e omelete/mingau de aveia	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com manteiga ou geleia caseira sem açúcar	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com manteiga ou geleia caseira sem açúcar	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com manteiga ou geleia caseira sem açúcar	Leite e bolo de banana sem açúcar
<b>Almoço</b>	<b>10h30</b>	Arroz, feijão, canjiquinha com molho de carne moída, salada de tomate e cenoura. Laranja	Arroz, feijão, omelete fantasia (ovos, cenoura, cebola, tomate, aveia), salada de chuchu. Abacaxi	Sopa de letrinhas com legumes (cenoura, batata e frango). Melão orange	Arroz, feijão, purê de cabotiá, carne moída refogada, salada de pepino. Mamão	Feijão, risoto e salada de pepino e chuchu.
<b>Lanche da tarde</b>	<b>14h</b>	Laranja e biscoito de polvilho (tobogã)	Abacaxi e batata doce assada em cubos com temperos	Melão orange e ovo cozido	Vitamina de mamão	Bolo de banana sem açúcar
<b>Jantar</b>	<b>16h30</b>	Arroz, feijão, canjiquinha com molho de carne moída, salada de tomate e cenoura.	Arroz, feijão, omelete fantasia (ovos, cenoura, cebola, tomate, aveia), salada de chuchu.	Sopa de letrinhas com legumes (cenoura, batata e frango).	Arroz, feijão, purê de cabotiá, carne moída refogada, salada de pepino.	Feijão, risoto e salada de pepino e chuchu.
<b>Composição nutricional (média semanal)</b>	<b>Energia (Kcal)</b>		<b>CHO (g)</b> 55% a 65% do VET	<b>PTN (g)</b> 10% a 15% do VET	<b>LIP (g)</b> 15% a 30% do VET	<b>Vit. A</b> <b>Vit. C</b> <b>Ca</b> <b>Fe</b>
		448,47	<b>CHO: 62g – 55%</b>	<b>PTN: 16g – 15%</b>	<b>LIP: 15g – 30%</b>	268,10 mcg 47,35 mg 187,95 mg 2,55 mg
<b>*Cardápio pode sofrer alterações</b>		**As preparações devem apresentar consistência adequada à faixa etária, sendo bem cozidas, macias e amassadas quando necessário. Para crianças até 1 ano de idade, as refeições devem ser oferecidas sem adição de sal.			<b>Nutricionistas:</b> Elly Ana Pootz Borilli CRN8-5643 Juliana Cristina Veit CRN8 – 5487	
<b>* Os parênteses ( ) descrevem os principais ingredientes da preparação. ** Cardápio elaborado em conformidade com a legislação vigente do PNAE. *** O Setor de Nutrição isenta-se de responsabilidade quanto ao consumo de alimentos provenientes de fora da instituição de ensino.</b>						

## SECRETARIA DA EDUCAÇÃO - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

## Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

## CARDÁPIO – CMEI – REGULAR

## FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 3 ANOS

## CARDÁPIO CMEIS – JULHO – 2026

		2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Refeições	Horário	27/jul	28/jul	29/jul	30/jul	31/jul
Café da manhã	8h	FORMAÇÃO CONTINUADA	FORMAÇÃO CONTINUADA	Leite e ovos mexidos ou mingau de aveia e fruta	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com manteiga ou geleia caseira sem açúcar	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com manteiga ou geleia caseira sem açúcar
Almoço	10h30	FORMAÇÃO CONTINUADA	FORMAÇÃO CONTINUADA	Arroz, feijão, macarrão ao alho e óleo, carne moída refogada, salada de cenoura e tomate.	Arroz, feijão, purê de batata, molho de frango, salada de chuchu e beterraba. Mamão	Arroz, feijão, almôndega de carne moída, salada de beterraba e tomate, banana maçã e suco de uva
Lanche da tarde	14h	FORMAÇÃO CONTINUADA	FORMAÇÃO CONTINUADA	Laranja e batata doce cozida	Mamão e mingau de aveia com uva passa	Banana maçã e suco de uva
Jantar	16h30	FORMAÇÃO CONTINUADA	FORMAÇÃO CONTINUADA	Arroz, feijão, macarrão ao alho e óleo, bife, salada de cenoura e tomate.	Arroz, feijão, purê de batata, molho de frango, salada de chuchu e pepino.	Arroz, feijão, almôndega de carne moída, salada de beterraba e tomate.
Composição nutricional (média semanal)	Energia (Kcal)		CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 15% a 30% do VET	Vit. A    Vit. C    Ca    Fe
	525,99		CHO: 72g – 55%	PTN: 19g – 15%	LIP: 19g – 32%	176,42 mcg 64,75 mg 202,88 mg 2,92 mg
*Cardápio pode sofrer alterações	**As preparações devem apresentar consistência adequada à faixa etária, sendo bem cozidas, macias e amassadas quando necessário. Para crianças até 1 ano de idade, as refeições devem ser oferecidas sem adição de sal.			Nutricionistas: Elly Ana Pootz Borilli CRN8-5643 Juliana Cristina Veit CRN8 – 5487		
* Os parênteses ( ) descrevem os principais ingredientes da preparação. ** Cardápio elaborado em conformidade com a legislação vigente do PNAE. *** O Setor de Nutrição isenta-se de responsabilidade quanto ao consumo de alimentos provenientes de fora da instituição de ensino.						