



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO LIDIANÓPOLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: PRÉ I E II PARCIAL (03 – 05 ANOS)

DEZEMBRO – 2024

| Refeição e Horário | 2ª FEIRA – 02/12/2024 | 3ª FEIRA – 03/12/2024 | 4ª FEIRA – 04/12/2024 | 5ª FEIRA – 05/12/2024 | 6ª FEIRA – 06/12/2024 | | |
|--------------------|---|---|--|--|---|-------------|----------|
| Café da manhã 08H | Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga * e Leite ou Leite de soja com cacau | Café da manhã: BOLO DE CENOURA COM UVA PASSA SEM AÇÚCAR Suco de uva integral | Café da manhã: Pão Caseiro (AF) Vitamina (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Morango) | Café da manhã: Ovo cozido/ Suco de laranja sem açúcar | Café da manhã: Torta de Legumes (tom., cen, abob.)/ Vitamina (Leite + Leite em pó banana e manga | | |
| Almoço 10H | ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO/ SAL. COUVE E TOMATE/ SOBREMESA: MAÇÃ | ARROZ/ FEIJÃO/ CARNE MOÍDA / SAL. ALFACE E CENOURA/ SOBREMESA: BANANA | ARROZ/ FEIJÃO / MÚSCULO COM CENOURA/ SAL. REPOLHO E VAGEM/ SOBREMESA: LARANJA | ARROZ/ FEIJÃO/ FILÉ DE FRANGO REFOGADO/ SAL. CHUCHU E PEPINO/ SOBREMESA: MAMÃO | ARROZ/ FEIJÃO/ POLENTA/ CARNE MOÍDA/ SAL. BETERRABA E ABOBRINHA SOBREMESA: MELANCIA | | |
| | | | Composição Nutricional | Energia (Kcal) | Carb (g) | G.Total (g) | Prot(g) |
| | | | Média Semanal Manhã | 455,22 | 63,25 | 13,54 | 15,58 |
| Refeição e Horário | 2ª FEIRA – 09/12/2024 | 3ª FEIRA – 10/12/2024 | 4ª FEIRA – 11/12/2024 | 5ª FEIRA – 12/12/2024 | 6ª FEIRA – 13/12/2024 | | |
| Café da manhã 08H | Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga * e Leite ou Leite de soja com cacau | Café da manhã: BOLO DE BANANA COM UVA PASSA SEM AÇÚCAR Suco de uva integral | Café da manhã: Pão Caseiro (AF) Vitamina (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Morango) | Café da manhã: CREPIOCA Suco de laranja sem açúcar | Café da manhã: Torta de Legumes (tom., cen, abob.)/ Vitamina (Leite + Leite em pó com banana e manga) | | |
| Almoço 10H | ARROZ/ FEIJÃO/ BOLINHO DE CARNE COM AVEIA/ SAL. ALFACE E BRÓCOLIS/ SOBREMESA: MELÃO | ARROZ / FEIJÃO/PERNIL ASSADO/ SAL. BETERRABA E CHUCHU / SOBREMESA: MAMÃO | ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECOXA ASSADA/ SAL. BRÓCOLIS E CENOURA/ SOBREMESA: UVA | ARROZ/ FEIJÃO/ ACÉM PICADINHO / SAL. REPOLHO E COUVE/ SOBREMESA: BANANA | ARROZ / FEIJÃO/ OVO COZIDO/ SAL. TOMATE E PEPINO/ SOBREMESA: MAÇÃ | | |
| | | | Composição Nutricional | Energia (Kcal) | Carb (g) | G.Total (g) | Prot (g) |
| | | | Média Semanal Manhã | 457,88 | 61,58 | 12,50 | 18,02 |

*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR



Cátia Cibeles Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO LIDIANÓPOLIS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: PRÉ I E II PARCIAL (03 – 05 ANOS)

DEZEMBRO – 2024

| Refeição e Horário | 2ª FEIRA – 16/12/2024 | 3ª FEIRA – 17/12/2024 | 4ª FEIRA – 18/12/2024 | 5ª FEIRA – 19/12/2024 | 6ª FEIRA – 20/12/2024 | | | | | | | | | | |
|------------------------|---|---|-----------------------|-----------------------|-----------------------|------------------------|----------------|----------|-------------|---------|---------------------|--------|-------|-------|-------|
| Café da manhã 08H | Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo e tomate* Leite com cacau | Café da manhã: CREPIOCA Suco natural de laranja s/açúcar | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR | RECESSO ESCOLAR | | | | | | | | | | |
| Almoço 10H | ARROZ/ FEIJÃO/ POLENTA/ CARNE MOÍDA / SAL. TOMATE E ALFACE / SOBREMESA: MELANCIA | ARROZ/ FEIJÃO/ OVO COZIDO/ SAL. CENOURA E CHUCHU/ SOBREMESA: MAÇÃ | | | | | | | | | | | | | |
| | <table><tr><td>Composição Nutricional</td><td>Energia (Kcal)</td><td>Carb (g)</td><td>G.Total (g)</td><td>Prot(g)</td></tr><tr><td>Média Semanal Manhã</td><td>454,21</td><td>61,35</td><td>12,55</td><td>16,54</td></tr></table> | | | | | Composição Nutricional | Energia (Kcal) | Carb (g) | G.Total (g) | Prot(g) | Média Semanal Manhã | 454,21 | 61,35 | 12,55 | 16,54 |
| Composição Nutricional | Energia (Kcal) | Carb (g) | G.Total (g) | Prot(g) | | | | | | | | | | | |
| Média Semanal Manhã | 454,21 | 61,35 | 12,55 | 16,54 | | | | | | | | | | | |

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 para estimular 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 (conforme disponível) e retirar o leite ou queijo das preparações (consultar lista de alérgicos).
- OFERECER OS ALIMENTOS PORCIONADOS AOS ESTUDANTES A FIM DE EVITAR DESPERDÍCIOS;
- OFERTAR A REPETIÇÃO SEMPRE QUE SOLICITADO PELOS ALUNOS.

*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR



Cátia Cibeles Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920