

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – MUNICÍPIO DE OURO/SC
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
Cardápio para CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL- Vigência 31.05 a 02.07
 Faixa etária – 6 a 11 meses – PERÍODO PARCIAL



	SEGUNDA-FEIRA(31/05)	TERÇA-FEIRA(01/06)	QUARTA-FEIRA(02/06)	QUINTA-FEIRA (03/06)	SEXTA-FEIRA(04/06)
LANCHE DA MANHÃ 1 LANCHE DA TARDE 1	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil		
LANCHE DA MANHÃ 2 LANCHE DA TARDE 2	Polenta com carne bovina desfiada, beterraba cozida amassada	Arroz amassado, feijão preto amassado, ovo cozido amassado, cenoura cozida amassada	Sopa de legumes(abobrinha/brócolis) com arroz e frango		
	SEGUNDA-FEIRA(07/06)	TERÇA-FEIRA(08/06)	QUARTA-FEIRA(09/06)	QUINTA-FEIRA(10/06)	SEXTA-FEIRA(11/06)
LANCHE DA MANHÃ 1 LANCHE DA TARDE 1	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil
LANCHE DA MANHÃ 2 LANCHE DA TARDE 2	Sopa de feijão com macarrão cabelinho de anjo, laranja ou tangerina	Arroz amassado, purê de batata, frango desfiado, beterraba cozida	Arroz amassado, lentilha amassada, escondidinho de aipim com carne moída, brócolis cozido	Polenta com frango desfiado ao molho, cenoura cozida amassada	Arroz amassado, feijão preto amassado, carne bovina desfiada, cabotiá refogada amassada
	SEGUNDA-FEIRA(14/06)	TERÇA-FEIRA(15/06)	QUARTA-FEIRA(16/06)	QUINTA-FEIRA(17/06)	SEXTA-FEIRA(18/06)
LANCHE DA MANHÃ 1 LANCHE DA TARDE 1	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil
LANCHE DA MANHÃ 2 LANCHE DA TARDE 2	Sopa de legumes(batata, cenoura) com macarrão cabelinho de anjo e frango	Arroz amassado, purê de aipim, feijão preto amassado, fígado cozido desfiado, brócolis cozido amassado	Polenta com carne moída, cenoura e abobrinha refogadas amassadas	Arroz amassado, lentilha amassada, carne suína desfiada, brócolis cozido amassado	Arroz amassado, batata assada amassada com tilápia desfiada, feijão amassado, cenoura cozida amassada
	SEGUNDA-FEIRA(21/06)	TERÇA-FEIRA(22/06)	QUARTA-FEIRA(23/06)	QUINTA-FEIRA(24/06)	SEXTA-FEIRA(25/06)
LANCHE DA MANHÃ 1 LANCHE DA TARDE 1	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil
LANCHE DA MANHÃ 2 LANCHE DA TARDE 2	Arroz amassado, aipim cozido amassado, frango desfiado ao molho, legumes refogados(brócolis e cenoura) amassados	Arroz amassado, carne moída cozida, couve-flor cozido amassado	Sopa de legumes(cenoura/cabotiá/batata) com arroz e frango	Polenta com carne suína desfiada, beterraba cozida amassada	Arroz integral amassado, feijão preto amassado, ovo cozido amassado, cabotiá cozida amassada
	SEGUNDA-FEIRA(28/06)	TERÇA-FEIRA(29/06)	QUARTA-FEIRA(30/06)	QUINTA-FEIRA(01/07)	SEXTA-FEIRA(02/07)
LANCHE DA MANHÃ 1 LANCHE DA TARDE 1	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil	Fruta Leite materno ou fórmula infantil
LANCHE DA MANHÃ 2 LANCHE DA TARDE 2	Sopa de legumes(cenoura,batata) com carne bovina e macarrão cabelinho de anjo	Arroz amassado, batata doce assada amassada, feijão amassado, carne moída, beterraba cozida amassada	Polenta com frango desfiado ao molho, cenoura cozida amassada	Arroz amassado, feijão preto amassado, carne suína desfiada, brócolis e abobrinhas refogadas amassados	Sopa de feijão com arroz, laranja ou tangerina

02/06 (tarde): capacitação dos professores **03/06 e 04/06:** feriado

*Todas as preparações/bebidas devem ser feitas sem a adição de qualquer tipo de açúcar.

**Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

*** Servir as frutas amassadas, raspadas ou cozidas.

Nutricionista responsável: Natalia Scapini – CRN10/7255.

Natalia Scapini
 Natalia Scapini
 Nutricionista
 CRN/10 7255

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – MUNICÍPIO DE OURO/SC

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Cardápio para **CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL**- Vigência 31.05 a 02.07

Faixa etária – 1 a 3 anos – PERÍODO PARCIAL



	SEGUNDA-FEIRA(31/05)	TERÇA-FEIRA(01/06)	QUARTA-FEIRA(02/06)	QUINTA-FEIRA (03/06)	SEXTA-FEIRA(04/06)
LANCHE DA MANHÃ 1	Chá, pão com nata, fruta	Leite com canela, polenta, fruta	Leite batido com fruta, panqueca com queijo, fruta		
LANCHE DA MANHÃ 2 LANCHE DA TARDE 2	Polenta com iscas de carne bovina, beterraba cozida	Arroz, feijão preto, ovo cozido, repolho e tomate	Risoto de frango, brócolis e abobrinha		
	SEGUNDA-FEIRA(07/06)	TERÇA-FEIRA(08/06)	QUARTA-FEIRA(09/06)	QUINTA-FEIRA(10/06)	SEXTA-FEIRA(11/06)
LANCHE DA MANHÃ 1	Chá, pão torrãozinho com queijo, fruta	Chá, polenta com queijo, fruta	Leite com canela, batata doce assada, fruta	Suco de morango, bolo de banana, fruta	Leite com fruta, omelete colorido, fruta
LANCHE DA MANHÃ 2 LANCHE DA TARDE 2	Sopa de feijão com macarrão, laranja ou tangerina	Arroz, purê de batata, coxa e sobrecoxa assada, alface e beterraba ralada	Arroz, lentilha, escondidinho de aipim com carne moída, alface e tomate	Polenta com frango ao molho, repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão preto, iscas de carne bovina, cabotiá refogada, repolho ralado
	SEGUNDA-FEIRA(14/06)	TERÇA-FEIRA(15/06)	QUARTA-FEIRA(16/06)	QUINTA-FEIRA(17/06)	SEXTA-FEIRA(18/06)
LANCHE DA MANHÃ 1	Leite com canela, pão de milho com manteiga, fruta	Chá, torta de legumes, fruta	Leite batido com fruta, panqueca de banana, fruta	Leite com chá, torta salgada de frango, fruta	Chá, salada de frutas com aveia, batata doce assada, fruta
LANCHE DA MANHÃ 2 LANCHE DA TARDE 2	Macarrão com frango ao molho, beterraba cozida	Arroz, purê de aipim, feijão preto, fígado, alface e tomate	Polenta com carne moída, cenoura e abobrinha refogadas	Arroz, lentilha, carne suína refogada, alface e brócolis	Arroz, batata assada com tilápia, feijão, repolho e cenoura cozida
	SEGUNDA-FEIRA(21/06)	TERÇA-FEIRA(22/06)	QUARTA-FEIRA(23/06)	QUINTA-FEIRA(24/06)	SEXTA-FEIRA(25/06)
LANCHE DA MANHÃ 1	Chá, pão com manteiga, fruta	Chá, polenta com queijo, fruta	Chá, torta salgada com carne moída, fruta	Leite com chá, batata doce assada, omelete, fruta	Suco natural de manga, bolo de banana, fruta
LANCHE DA MANHÃ 2 LANCHE DA TARDE 2	Risoto de frango, cabotiá refogada	Macarrão à bolonesa, alface e couve-flor	Sopa de arroz, legumes(cenoura/cabotiá/batata) e frango	Polenta com carne suína, alface e beterraba ralada	Arroz integral, feijão preto, ovo cozido, repolho e tomate
	SEGUNDA-FEIRA(28/06)	TERÇA-FEIRA(29/06)	QUARTA-FEIRA(30/06)	QUINTA-FEIRA(01/07)	SEXTA-FEIRA(02/07)
LANCHE DA MANHÃ 1	Leite com canela, pão com nata, fruta	Chá, torta de legumes, fruta	Suco de laranja com cenoura, panqueca com queijo, fruta	Chá, omelete com aveia, fruta	Leite com chá, polenta, fruta
LANCHE DA MANHÃ 2 LANCHE DA TARDE 2	Macarrão com iscas de carne bovina, repolho com tomate	Arroz, batata doce assada, feijão preto, carne moída, alface e beterraba ralada	Polenta com frango ao molho, repolho e cenoura ralada	Arroz, feijão preto, carne suína ao molho, brócolis e abobrinha refogados	Sopa de feijão com arroz, laranja ou tangerina

***LANCHE DA TARDE 1:** Será oferecido fruta.

**Todas as preparações/bebidas dever sem feitas sem a adição de qualquer tipo de açúcar.

***Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.

**** Oferta de fórmula infantil ou leite conforme orientação dos pais.

Chás: camomila, hortelã, erva doce, maçã, abacaxi.

Nutricionista responsável: Natalia Scapini – CRN10/7255.

Natalia Scapini
Natalia Scapini
Nutricionista
CRN/10 7255

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO, CULTURA E DESPORTO – MUNICÍPIO DE OURO/SC
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
Cardápio para CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL- Vigência 31.05 a 02.07
 Faixa etária – acima de 3 anos – PERÍODO PARCIAL



	SEGUNDA-FEIRA(31/05)	TERÇA-FEIRA(01/06)	QUARTA-FEIRA(02/06)	QUINTA-FEIRA (03/06)	SEXTA-FEIRA(04/06)
LANCHE DA MANHÃ 1	Chá, pão com nata, fruta	Leite com canela, polenta, fruta	Leite batido com fruta, panqueca com queijo, fruta		
LANCHE DA MANHÃ 2	Polenta com iscas de carne bovina, beterraba cozida	Arroz, feijão preto, ovo cozido, repolho e tomate	Risoto de frango, brócolis e abobrinha		
LANCHE DA TARDE 1	Polenta com iscas de carne bovina, beterraba cozida, fruta	Arroz, feijão preto, ovo cozido, repolho e tomate, fruta			
	SEGUNDA-FEIRA(07/06)	TERÇA-FEIRA(08/06)	QUARTA-FEIRA(09/06)	QUINTA-FEIRA(10/06)	SEXTA-FEIRA(11/06)
LANCHE DA MANHÃ 1	Chá, pão torrão com queijo, fruta	Chá, polenta com queijo, fruta	Leite com canela, batata doce assada, fruta	Suco de morango, bolo de banana, fruta	Leite com fruta, omelete colorido, fruta
LANCHE DA MANHÃ 2	Sopa de feijão com macarrão, laranja ou tangerina	Arroz, purê de batata, coxa e sobrecoxa assada, alface e beterraba ralada	Arroz, lentilha, escondidinho de aipim com carne moída, alface e tomate	Polenta com frango ao molho, repolho com cenoura ralada	Arroz, feijão preto, iscas de carne bovina, cabotiá refogada, repolho ralado
LANCHE DA TARDE 1	Sopa de feijão com macarrão, laranja ou tangerina	Arroz, purê de batata, coxa e sobrecoxa assada, alface e beterraba ralada, fruta	Arroz, lentilha, escondidinho de aipim com carne moída, alface e tomate, fruta	Polenta com frango ao molho, repolho com cenoura ralada, fruta	Arroz, feijão preto, iscas de carne bovina, cabotiá refogada, repolho ralado, fruta
	SEGUNDA-FEIRA(14/06)	TERÇA-FEIRA(15/06)	QUARTA-FEIRA(16/06)	QUINTA-FEIRA(17/06)	SEXTA-FEIRA(18/06)
LANCHE DA MANHÃ 1	Leite com canela, pão de milho com manteiga, fruta	Chá, torta de legumes, fruta	Leite batido com fruta, panqueca de banana, fruta	Leite com chá, torta salgada de frango, fruta	Chá, salada de frutas com aveia, batata doce assada, fruta
LANCHE DA MANHÃ 2	Macarrão com frango ao molho, beterraba cozida	Arroz, purê de aipim, feijão preto, fígado, alface e tomate	Polenta com carne moída, cenoura e abobrinha refogadas	Arroz, lentilha, carne suína refogada, alface e brócolis	Arroz, batata assada com tilápia, feijão, repolho e cenoura cozida
LANCHE DA TARDE 1	Macarrão com frango ao molho, beterraba cozida, fruta	Arroz, purê de aipim, feijão preto, fígado, alface e tomate, fruta	Suco de laranja, bolo de cenoura, fruta	Arroz, lentilha, carne suína refogada, alface e brócolis, fruta	Arroz, batata assada com tilápia, feijão, repolho e cenoura cozida, fruta
	SEGUNDA-FEIRA(21/06)	TERÇA-FEIRA(22/06)	QUARTA-FEIRA(23/06)	QUINTA-FEIRA(24/06)	SEXTA-FEIRA(25/06)
LANCHE DA MANHÃ 1	Chá, pão com manteiga, fruta	Chá, polenta com queijo, fruta	Chá, torta salgada com carne moída, fruta	Leite com chá, batata doce assada, omelete, fruta	Suco natural de manga, bolo de banana, fruta
LANCHE DA MANHÃ 2	Risoto de frango, cabotiá refogada	Macarrão à bolonhesa, alface e couve-flor	Sopa de arroz, legumes (cenoura/cabotiá/batata) e frango	Polenta com carne suína, alface e beterraba ralada	Arroz integral, feijão preto, ovo cozido, repolho e tomate
LANCHE DA TARDE 1	Risoto de frango, cabotiá refogada, fruta	Macarrão à bolonhesa, alface e couve-flor, fruta	Sopa de arroz, legumes (cenoura/cabotiá/batata) e frango, fruta	Polenta com carne suína, alface e beterraba ralada, fruta	Arroz integral, feijão preto, ovo cozido, repolho e tomate, fruta
	SEGUNDA-FEIRA(28/06)	TERÇA-FEIRA(29/06)	QUARTA-FEIRA(30/06)	QUINTA-FEIRA(01/07)	SEXTA-FEIRA(02/07)
LANCHE DA MANHÃ 1	Leite com canela, pão com nata, fruta	Chá, torta de legumes, fruta	Suco de laranja com cenoura, panqueca com queijo, fruta	Chá, omelete com aveia, fruta	Leite com chá, polenta, fruta
LANCHE DA MANHÃ 2	Macarrão com iscas de carne bovina, repolho com tomate	Arroz, batata doce assada, feijão preto, carne moída, alface e beterraba ralada	Polenta com frango ao molho, repolho e cenoura ralada	Arroz, feijão preto, carne suína ao molho, brócolis e abobrinha refogados	Sopa de feijão com arroz, laranja ou tangerina

LANCHE DA TARDE 1	Chá, torta salgada com carne moída e legumes, fruta	Arroz, batata doce assada, feijão preto, carne moída, alface e beterraba ralada, fruta	Polenta com frango ao molho, repolho e cenoura ralada, fruta	Arroz, feijão preto, carne suína ao molho, brócolis e abobrinha refogados, fruta	Sopa de feijão com arroz, laranja ou tangerina
<p>*Cardápio sujeito a alterações conforme disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista. Nutricionista responsável: Natalia Scapini – CRN10/7255.</p>					

Natalia Scapini
Natalia Scapini
Nutricionista
CRN/10 7255

OBSERVAÇÕES:

- Cardápio sujeito a alterações conforme a disponibilidade de alimentos e autorização da nutricionista.
- **Os hortifrúteis do cardápio podem sofrer alteração devido a safra, colheita, clima ou problemas no fornecimento.**
- Não ofertar fórmula infantil imediatamente após as refeições principais.
- Opções para variar a oferta de frutas para as crianças até 12 meses de idade: maçã e abacaxi cozidos com cravo e canela, melancia picadinha ou amassada, manga amassada, banana amassada com o suco da laranja e etc.
- Crianças de 0 a 6 meses: Servir somente a fórmula infantil quatro vezes ao dia e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno (caso a mãe leve para a unidade), sem necessidade da oferta de água ou chás.
- Crianças de 6 a 8 meses: A introdução de alimentos nessa faixa etária ocorre conforme orientado pelos pais. Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com o garfo. É proibido liquidificar os alimentos, com exceção em casos específicos e a partir da apresentação de laudo médico aprovado pelo SME. As carnes e frangos desfiados deverão também ser cortados.
- Crianças de 8 a 12 meses: Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e sólidos.
- Opções de frutas: abacate, abacaxi, banana, bergamota, maçã, mamão, manga, laranja, limão, morango, disponíveis conforme a safra.
- Opções de legumes e verduras: abobrinha, alface, beterraba, chuchu, brócolis, couve-flor, cenoura, pimentão, repolho verde, repolho roxo, tomate. Disponíveis conforme a safra.
- **Na utilização de frutas, verduras, legumes, cascas de frutas, as mesmas deverão ser higienizadas com a utilização de água sanitária própria para alimentos na proporção de 1 colher de sopa do produto para 1 litro de água e após enxaguar com água. Realizar a leitura do rótulo e seguir as recomendações.**
- Quando houver a preparação bolo doce nos cardápios, os mesmos serão feitos sem cobertura ou recheio.
- A execução do cardápio é fundamental, qualquer alteração ou dificuldade em executar deve ser comunicado à nutricionista.
- Não poderá ser oferecida alimentação diferenciada aos professores.
- A cópia deste cardápio deverá ser fixada em local de circulação dos alunos e pais, para que estes tenham conhecimento do cardápio escolar.
- Variação dos sucos: laranja, abacaxi, abacaxi com hortelã, uva, morango, laranja com cenoura, limão e manga.
- Variação dos chás: erva doce, camomila, hortelã, abacaxi, maçã, laranja.
- Para crianças com condições específicas o cardápio será adaptado conforme a necessidade (alergia ou intolerância).

Natalia Scapini
Natalia Scapini
Nutricionista
CRN/10 7255