



Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE – Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). A Fórmula específica a cada aluno deverá ser ofertada até os 12 meses. Fonte: Ministério da Saúde – Guia alimentar para crianças menores de 2 anos – Dez passos para uma alimentação saudável – Brasília/DF.

CARDÁPIO CMEI PINGO DE GENTE

BERÇÁRIO PARCIAL E INTEGRAL (Idade 06 meses a 1 ano) – AGOSTO/2024

PERÍODO DO CARDÁPIO: 05/08 a 09/08/2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ 8H	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil Torta de legumes (cen., abob. e tomate)	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil QUIBE	Formula Infantil BOLO DE BANANA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO 10H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ CARNE MOÍDA/ SAL. REPOLHO E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OMELETE ASSADO /SAL. CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: BANANA AMASSADINHA	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE TILÁPIA DESFIADO/ SAL. REPOLHO E BETERRABA/ SOBREMESA: MAMÃO PICADINHO	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / PERNIL ASSADO DESFIADO/SAL. CHUCHU COZIDO/ SOBREMESA: GOIABA SEM SEMENTE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE COXA E SOBRECOXA ASSADA DESFIADA SAL. ABOBRINHA E CHUCHU COZIDOS/ SOBREMESA: LARANJA SEM PELE E SEM SEMENTE
LANCHE DA TARDE - 13H	13H – Fruta: Mamão picado	13H – Fruta: Laranja sem semente e sem pele	13H – Fruta: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	13H - Fruta: Banana Amassada	13H – GOIABA SEM SEMENTE
JANTAR 15H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO com caldo/ CANJIQUINHA/ MÚSCULO COZIDO DESFIADO/ SAL. BETERRABA COZIDA/ SOBREMESA: LARANJA SEM PELE E SEM SEMENTE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ ACÉM PICADINHO/ SAL. COUVE E ABOBRINHA REFOGADAS/ SOBREMESA: MELÃO SEM SEMENTE PICADINHO	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OVO MEXIDO PICADINHO/ SAL TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: GOIABA SEM SEMENTE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / FILÉ DE FRANGO AO MOLHO DESFIADO COM MANDIOCA SALSA/ SAL. CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / FILÉ DE TILÁPIA ASSADO DESFIADO / SAL. TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: BANANA AMASSADA

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal Manhã	319,44	46,12	13,45	12,71
Média Semanal Tarde	333,94	53,50	11,30	12,23
Média Semanal Integral	653,38	99,62	24,75	24,94

As frutas deverão ser oferecidas amassadas sem sementes, COM EVOLUÇÃO DE TEXTURA CONFORME TREINAMENTO

Obs.: Todas as preparações são sem açúcar

Obs.: Nos intervalos deverá ser oferecido água.



Cátia Cibeles
Semchechem
Responsável
Técnica/Nutricionista

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



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



Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE – Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). A Fórmula específica a cada aluno deverá ser ofertada até os 12 meses. Fonte: Ministério da Saúde – Guia alimentar para crianças menores de 2 anos – Dez passos para uma alimentação saudável –

CARDÁPIO CMEI PINGO DE GENTE

BERÇÁRIO PARCIAL E INTEGRAL (Idade 06 meses a 1 ano) – AGOSTO/2024 PERÍODO DO CARDÁPIO: **12/08 A 16/08/2024**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ/ 8H	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil AVEIOCA	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil CREPIOCA	Formula Infantil OVO MEXIDO
ALMOÇO 10H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ MACARRONADA/ CARNE MOÍDA SAL. TOMATE E ALFACE PICADINHO/ SOBREMESA: MELANCIA picadinha sem semente	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ PURÊ DE BATATA/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADO DESFIADO/ SAL. CENOURA E CHUCHU COZIDOS/ SOBREMESA: Maçã aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ ACÉM PICADINHO/ SAL. REPOLHO REFOGADO/ SOBREMESA: LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ POLENATA/ MÚSCULO COZIDO DESFIADO/ SAL. BRÓCOLIS E BETERRABA COZIDOS/ SOBREMESA: BANANA AMASSADA	ARROZ TIPO PAPA / FEIJÃO COM CALDO / PERNIL ASSADO DESFIADO/ FAROFA DE LEG. COM OVO (cen., tom) SAL. CHUCHU E COUVE REFOGADOS/ SOBREMESA: GOIABA SEM SEMENTE
LANCHE DA TARDE- 13H	13H – Fruta: LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE	13H – MELÃO PICADINHO	13H – Fruta: Goiaba sem semente	13H – PÃO CASEIRO (AF)	13H – Fruta: Mamão Picado
JANTAR 15H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE FRANGO REFOGADO DESFIADO/ SAL. REPOLHO PICADINHO/ SOBREMESA: MAMÃO PICADO	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO PRETO COM CALDO/OVO MEXIDO/ SAL. ABOBRINHA COZIDA/ SOBREMESA: GOIABA SEM SEMENTE AMASSADA	ARROZ TIPO PAPA/ LENTILHA COZIDA / BOLINHO DE CARNE COM AVEIA PICADINHO/ SAL. CENOURA RALADA E ALFACE PICADINHO/ SOBREMESA: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / COXA E SOBRECOXA DESFIADO/ SAL. REPOLHO E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: MELANCIA SEM SEMENTE PICADINHA	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO DESFIADO/ SAL. ABOBRINHA E CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: BANANA amassada

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot (g)
Média Semanal Manhã	341,45	44,03	12,74	10,93
Média Semanal Tarde	329,75	48,72	12,87	12,23
Média Semanal Integral	671,2	92,75	25,61	23,16



As frutas deverão ser oferecidas amassadas sem sementes, COM EVOLUÇÃO DE TEXTURA CONFORME TREINAMENTO

Obs.: Todas as preparações são sem açúcar

Obs.: Nos intervalos deverá ser oferecido água.



Cátia Cibeles
Semchechem
Responsável
Técnica/Nutricionista

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



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



Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE – Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). A Fórmula específica a cada aluno deverá ser ofertada até os 12 meses. Fonte: Ministério da Saúde – Guia alimentar para crianças menores de 2 anos – Dez passos para uma alimentação saudável – Brasília/DF.

CARDÁPIO CMEI PINGO DE GENTE

BERÇÁRIO PARCIAL E INTEGRAL (Idade 06 meses a 1 ano) – AGOSTO /2024

PERÍODO DO CARDÁPIO: 19/08 a 23/08/2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ 8H	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil Torta de legumes (cen., abob. e tomate)	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil QUIBE ASSADO	Formula Infantil BOLO DE CENOURA S/ AÇÚCAR
ALMOÇO 10H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE FRANGO REFOGADO/ SAL. REPOLHO E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: PERA aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO /OVO MEXIDO/ SAL. CHUCHU COZIDO/ SOBREMESA: MANGA picadinha	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ MÚSCULO COZIDO DESFIADO COM BATATA / SAL. TOMATE E VAGEM REFOGADOS/ SOBREMESA: BANANA AMASSADA	ARROZ TIPO PAPA/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADA DESFIADA/ SAL. REPOLHO E CENOURA REFOGADA/ SOBREMESA: MAMÃO picadinho	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / CARNE MOÍDA/ SAL. COUVE E REPOLHO REFOGADOS/ SOBREMESA: MELANCIA PICADINHA SEM SEMENTE
LANCHE DA TARDE- 13H	13H-MAMÃO PICADINHO	13H – MINGAU DE AVEIA COM BANANA E UVA PASSA	13H – Fruta: Melancia picadinha sem semente	13H - Fruta: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	13H – Fruta: LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE
JANTAR 15H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ MACARRONADA/ CARNE MOÍDA/ SAL. COUVE REFOGADA/ SOBREMESA: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / FILÉ DE TILÁPIA ASSADO DESFIADO/SAL. REPOLHO REFOGADO/ SOBREMESA: MELANCIA picadinha sem semente	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / COXA E SOBRECOXA DESFIADO/ SAL. BRÓCOLIS E CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: LARANJA SEM PELE E SEM SEMENTE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / ACÉM PICADINHO/ SAL. TOMATE REFOGADO E CHUCHU COZIDOS/ SOBREMESA: BANANA AMASSADA	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / PERNIL ASSADO DESFIADO/ SAL. CENOURA E BETERRABA COZIDOS/ SOBREMESA: MAMÃO AMASSADO

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal Manhã	321,59	52,46	11,32	13,11
Média Semanal Tarde	305,61	48,13	10,63	12,47
Média Semanal Integral	627,2	100,59	21,95	25,58



As frutas deverão ser oferecidas amassadas sem sementes, COM EVOLUÇÃO DE TEXTURA CONFORME TREINAMENTO

Obs.: Todas as preparações são sem açúcar

Obs.: Nos intervalos deverá ser oferecido água.



Cátia Cibeles
Semchechem
Responsável
Técnica/Nutricionista

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



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



Cardápio elaborado de acordo com os critérios propostos pelo FNDE – Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE). A Fórmula específica a cada aluno deverá ser ofertada até os 12 meses. Fonte: Ministério da Saúde – Guia alimentar para crianças menores de 2 anos – Dez passos para uma alimentação saudável – Brasília/DF.

CARDÁPIO CMEI PINGO DE GENTE

BERÇÁRIO PARCIAL E INTEGRAL (Idade 06 meses a 1 ano) – AGOSTO /2024

PERÍODO DO CARDÁPIO: 26/08 a 30/08/2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ 8H	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil CREPIOCA	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil OVO MEXIDO	Formula Infantil BOLO DE BANANA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO 10H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OMELETE ASSADO/ SAL. ALFACE E REPOLHO PICADINHO/ SOBREMESA: Mamão amassado	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO PRETO COM CALDO / FILÉ DE TILÁPIA ASSADO DESFIADO/ SAL. BRÓCOLIS COZIDO/ SOBREMESA: GOIABA SEM SEMENTE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / COXA E SOBRECOXA ASSADA DESMIADA/ SAL. CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: LARANJA SEM PELE E SEM SEMENTE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ BOLINHO DE CARNE COM AVEIA/ SAL. BRÓCOLIS E BETERRABA COZIDO/ SOBREMESA: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ LENTILHA COZIDA/ PERNIL ASSADO DESFIADO/ SAL. ABOBRINHA COZIDA/ SOBREMESA: MELÃO PICADINHO SEM SEMENTE
LANCHE DA TARDE- 13H	13H – Fruta: LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE	13H – Vitamina de banana com morango e leite em pó	13H – Fruta: BANANA AMASSADA	13H- PÃO CASEIRO (AF)	13H- MELANCIA picadinha sem semente
JANTAR 15H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ POLENTA/ CARNE MOÍDA/ SAL. TOMATE REFOGADOS/ SOBREMESA: BANANA AMASSADA	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / FILÉ DE FRANGO REFOGADO DESMIADO/ SAL. CENOURA COZIDA E COUVE REFOGADA/ SOBREMESA: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FAROFA DE OVOS (Far. Milho)/ ACÉM PICADINHO/ SAL. DE REPOLHO REFOGADO/ SOBREMESA: MAMÃO PICADINHO	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADO DESFIADO/ PURÊ DE BATATA/ SAL. COUVE E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: BANANA AMASSADA	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ MÚSCULO COZIDO DESFIADO COM CENOURA/ SAL. CHUCHU E VAGEM COZIDOS/ SOBREMESA:

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal Manhã	320,44	50,90	9,93	11,92
Média Semanal Tarde	327,21	48,47	10,93	11,47
Média Semanal Integral	647,65	99,37	20,86	23,39



As frutas deverão ser oferecidas amassadas sem sementes, COM EVOLUÇÃO DE TEXTURA CONFORME TREINAMENTO

Obs.: Todas as preparações são sem açúcar

Obs.: Nos intervalos deverá ser oferecido água.



Cátia Cibeles
Semchechem
Responsável
Técnica/Nutricionista

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



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;
 - Oferecer água filtrada várias vezes ao dia;
- As frutas poderão ser servidas mistas, cortadas e conforme disponibilidade para incentivar aceitação e o consumo



As frutas deverão ser oferecidas amassadas sem sementes, COM EVOLUÇÃO DE TEXTURA CONFORME TREINAMENTO

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

Obs.: Todas as preparações são sem açúcar

Obs.: Nos intervalos deverá ser oferecido água.



Cátia Cibele
Semchechem
Responsável
Técnica/Nutricionista