



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



CMEI SEMETNINHAS DO IVAÍ

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

AGOSTO – 2024

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 05/08/2024	3ª FEIRA – 06/08/2024	4ª FEIRA – 07/08/2024	5ª FEIRA – 08/08/2024	6ª FEIRA – 09/08/2024										
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga * e Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Torta de legumes (cen., abob. e tomate) Suco natural de laranja s/açúcar	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo e tomate* Vitamina (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Manga)	Café da manhã: Quibe assado/ Suco de Uva Integral sem açúcar	Café da manhã: Bolo de banana sem açúcar/ Vitamina (Leite + Leite em pó)ou Leite de soja com banana e mamão										
Almoço 10H	ARROZ/ FEIJÃO/ CARNE MOÍDA AO MOLHO/ SAL. PEPINO E TOMATE/ SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ/ FEIJÃO/ OMELETE ASSADO COM TOMATE / SAL. ALFACE E CENOURA/ SOBREMESA: BANANA	ARROZ/ FEIJÃO PRETO/ FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO/ SAL.REPOLHO E BETERRABA / SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ/ FEIJÃO/ PERNIL ASSADO/ SAL. TOMATE E CHUCHU/ SOBREMESA: GOIABA	ARROZ/ FEIJÃO/ FILÉ DE COXA E SOBRECOXA ASSADA/ SAL. DE ABOBRINHA E CHUCHU SOBREMESA: LARANJA										
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Composição Nutricional</th> <th>Energia (Kcal)</th> <th>Carb (g)</th> <th>G.Total (g)</th> <th>Prot(g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Média Semanal Manhã</td> <td>455,22</td> <td>63,25</td> <td>13,54</td> <td>15,58</td> </tr> </tbody> </table>					Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Média Semanal Manhã	455,22	63,25	13,54	15,58
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 – 12/08/2024	3ª FEIRA – 13/08/2024	4ª FEIRA – 14/08/2024	5ª FEIRA – 15/08/2024	6ª FEIRA – 16/08/2024										
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo e tomate* Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Aveioca Suco natural de laranja s/açúcar	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo e tomate* (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Manga)	Café da manhã: Crepioca Suco de uva integral	Café da manhã: Ovo Mexido / Leite (Leite + Leite em pó) ou Leite de soja com BANANA										
Almoço 10H	ARROZ/ FEIJÃO/ MACARRONADA/ CARNE MOÍDA / SAL. TOMATE E ALFACE / SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ/ FEIJÃO/ PURÊ DE BATATA/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADO/ SAL. CENOURA E CHUCHU/ SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ/ FEIJÃO/ ACÉM PICADINHO/ SAL. PEPINO E REPOLHO/ SOBREMESA: LARANJA	ARROZ/ FEIJÃO/ POLENTA/ MÚSCULO COZIDO/ SAL. BRÓCOLIS E BETERRABA/ SOBREMESA: BANANA	ARROZ / FEIJÃO/ PERNIL ASSADO/ FAROFA DE LEGUMES COM OVO (Far. milho, ovo, cenou., tomate) SAL. CHUCHU E COUVE/ SOBREMESA: GOIABA										
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Composição Nutricional</th> <th>Energia (Kcal)</th> <th>Carb (g)</th> <th>G.Total (g)</th> <th>Prot(g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Média Semanal Manhã</td> <td>454,21</td> <td>61,35</td> <td>12,55</td> <td>16,54</td> </tr> </tbody> </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											

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



Cátia Cibele Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920



CMEI SEMETNINHAS DO IVAÍ

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

AGOSTO – 2024

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 19/08/2024	3ª FEIRA – 20/08/2024	4ª FEIRA – 21/08/2024	5ª FEIRA – 22/08/2024	6ª FEIRA – 23/08/2024
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo/ Suco de uva integral	Café da manhã: Torta de legumes com frango desfiado (cen., abob. e tomate) Leite de soja + Banana e morango)	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) Suco natural de laranja sem açúcar	Café da manhã: Quibe assado/ Suco de Uva integral	Café da manhã: Bolo de cenoura sem açúcar / Leite ou Leite de soja com cacau
Almoço 10H	ARROZ/ FEIJÃO/ FILÉ DE FRANGO REFOGADO/ SAL. ALFACE E REPOLHO/ SOBREMESA: PERA	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO / SAL. TOMATE E CHUCHU/ SOBREMESA: UVA	ARROZ/ FEIJÃO /MÚSCULO COZIDO COM BATATA / SAL. TOMATE E VAGEM/ SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ/ FEIJÃO/ FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO/SAL. REPOLHO E CENOURA/ SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ/ FEIJÃO/ CARNE MOÍDA/ SAL. COUVE E PEPINO/ SOBREMESA: MELANCIA

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal Manhã	456,87	61,25	13,66	17,85

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 26/08/2024	3ª FEIRA – 27/08/2024	4ª FEIRA – 28/08/2024	5ª FEIRA – 29/08/2024	6ª FEIRA – 30/08/2024
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga/ Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Crepioca/ Suco Natural de Laranja sem açúcar	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo*/ Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Ovo Mexido Suco de uva integral	Café da manhã: Bolo de banana sem açúcar/ Suco de laranja sem açúcar
Almoço 10H	ARROZ/ FEIJÃO/OMELETE ASSADO COM CENOURA E TOMATE / SAL. REPOLHO E ALFACE/ SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ/ FEIJÃO / FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO/ SAL. PEPINO E TOMATE / SOBREMESA: UVA	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECOXA ASSADA / SAL. ALFACE E CENOURA/ SOBREMESA: LARANJA	ARROZ/ FEIJÃO/ BOLINHO DE CARNE MOÍDA COM AVEI/ SAL. BETERRABA E BRÓCOLIS/ SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ/ LENTILHA/ PERNIL ASSADO / SAL. ABOBRINHA E COUVE/ SOBREMESA: MELÃO

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 Cibele Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920



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

