



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) – JUNHO/2024**

PERÍODO DO CARDÁPIO: 03/06 a 07/06/2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 8H	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil CREPIOCA	<b>FERIADO</b>	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil TORTA DE LEGUMES (cen., abob. e tomate)
<b>ALMOÇO</b> 10H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ CARNE MOÍDA/ SAL. CHICÓREA PICADINHA E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: <b>MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OMELETE /SAL. BRÓCOLIS COZIDO/ SOBREMESA: <b>BANANA AMASSADINHA</b>		ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / MÚSCULO COZIDO DESFIADO/SAL. BETERRABA E CHUCHU COZIDO/ SOBREMESA: <b>GOIABA SEM SEMENTE</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ COXA E SOBRECOXA ASSADA DESFIADA SAL. ABOBRINHA E CHUCHU COZIDOS/ SOBREMESA: <b>LARANJA SEM PELE E SEM SEMENTE</b>
<b>LANCHE DA TARDE</b> - 13H	13H – Fruta: Mamão picado	13H – Fruta: Laranja sem semente e sem pele		13H - Fruta: Banana Amassada	13H – MINGAU DE BANANA COM UVA PASSA
<b>JANTAR</b> 15H	ARROZ TIPO PAPA/ POLENTA/ FILÉ DE FRANGO DESFIADO/ SAL. CENOURA E REPOLHO REFOGADOS/ SOBREMESA: <b>GOIABA SEM SEMENTE</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ PERNIL DESFIADO/ SAL. COUVE E ABOBRINHA REFOGADAS/ SOBREMESA: <b>MELANCIA SEM SEMENTE</b>		ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / PURÊ DE BATATA/ FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO DESFIADO/ SAL. BRÓCOLIS E CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: <b>MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / BOLINHO DE CARNE COM AVEIA PICADINHO / SAL. TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: <b>BANANA AMASSADA</b>

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) – JUNHO /2024 PERÍODO DO CARDÁPIO: 10/06 A 14/06/2024**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>CAFÉ DA MANHÃ/ 8H</b>	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil TORTA DE LEGUMES (cen., abob. e tomate)	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil AVEIOCA	Formula Infantil OVO MEXIDO
<b>ALMOÇO 10H</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OVO MEXIDO/ SAL. TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: <b>MELANCIA picadinha sem semente</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ CREME DE MILHO/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADO DESFIADO/ SAL. BETERRABA E CHUCHU COZIDOS/ SOBREMESA: <b>MELÃO PICADINHO</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ PERNIL ASSADO DESFIADO/ SAL. REPOLHO REFOGADO/ SOBREMESA: <b>LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ ACÉM PICADINHO / SAL. BRÓCOLIS E BETERRABA COZIDOS/ SOBREMESA: <b>BANANA AMASSADA</b>	ARROZ TIPO PAPA / FEIJÃO COM CALDO / FILÉ DE FRANGO REFOGADO DESFIADO COM MANDIOQUINHA SALSA / SAL. CHUCHU E COUVE REFOGADOS/ SOBREMESA: <b>MELÃO PICADINHO</b>
<b>LANCHE DA TARDE- 13H</b>	<b>13H – Fruta: LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE</b>	<b>13H – Vitamina de banana com morango e leite em pó</b>	<b>13H – Fruta: Goiaba sem semente</b>	<b>13H – Fruta: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min</b>	<b>13H – Fruta: Mamão Picado</b>
<b>JANTAR 15H</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ CANJIQUINHA/ CARNE MOÍDA/ SAL. ALFACE PICADINHO/ SOBREMESA: <b>MAMÃO PICADO</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO PRETO COM CALDO/COXA E SOBRECOXA ASSADA DESFIADA/ SAL. BRÓCOLIS COZIDO/ SOBREMESA: <b>GOIABA SEM SEMENTE AMASSADA</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ MÚSCULO COZIDO DESFIADO COM BATATA/ SAL. CENOURA RALADA E ALFACE PICADINHO/ SOBREMESA: <b>PERA aquecida no microondas por 2 min</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO DESFIADO/ SAL. REPOLHO E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: <b>MELÃO PICADINHO</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / OMELETE COM CENOURA E TOMATE/ SAL. ABOBRINHA COZIDA/ SOBREMESA: <b>BANANA amassada</b>

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) – JUNHO /2024**

PERÍODO DO CARDÁPIO: 17/06 a 21/06/2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>CAFÉ DA MANHÃ 8H</b>	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil CREPIOCA	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil OVO MEXIDO	Formula Infantil BOLO DE FUBÁ S/ AÇÚCAR
<b>ALMOÇO 10H</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ POLENTA/ CARNE MOÍDA/ SAL. REPOLHO E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: <b>MELÃO PICADO</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO /OVO MEXIDO/ SAL. BETERRABA E BRÓCOLIS COZIDO/ SOBREMESA: <b>MANGA picadinha</b>	ARROZ TIPO PAPA/ TUTU DE FEIJÃO/ PERNIL ASSADO E DESFIADO/ MILHO REFOGADO/ / SAL. TOMATE E VAGEM REFOGADOS/ SOBREMESA: <b>BANANA AMASSADA</b>	ARROZ TIPO PAPA/ CANJIQUINHA/ COXA E SOBRECOXA ASSADA DESFIADA/SAL. ABOBRINHA COZIDA/ SOBREMESA: <b>MAMÃO picado</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / FILÉ DE TILÁPIA ASSADO DESFIADO/ SAL. COUVE E REPOLHO REFOGADOS/ SOBREMESA: <b>MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min</b>
<b>LANCHE DA TARDE- 13H</b>	13H-Bolo de cenoura sem açúcar	13H – Fruta: Banana amassada	13H – Fruta: Melancia picadinha sem semente	13H - Fruta: Melão picadinho	13H – Fruta: LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE
<b>JANTAR 15H</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ MÚSCULO COZIDO DESFIADO/ BATATA DOCE ASSADA/ SAL ALFACE E CENOURA RALADA/ SOBREMESA: <b>MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO DESFIADO/SAL. REPOLHO REFOGADO E CHUCHU COZIDO/ SOBREMESA: <b>MELANCIA picadinha sem semente</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / MACARRONADA PICADINHA/ FILÉ DE FRANGO DESFIADO / SAL. COUVE E CENOURA REFOGADOS/ SOBREMESA: <b>LARANJA SEM PELE E SEM SEMENTE</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / ACÉM PICADINHO/ SAL. BRÓCOLIS E CHUCHU COZIDOS/ SOBREMESA: <b>BANANA AMASSADA</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / PERNIL ASSADO DESFIADO/ SAL. CENOURA E BETERRABA COZIDOS/ SOBREMESA: <b>MAMÃO AMASSADO</b>

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

\*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





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) – JUNHO /2024**

PERÍODO DO CARDÁPIO: 24/06 a 28/06/2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 8H	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil Bolo de milho s/ açúcar	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil TORTA DE LEGUMES (cen., abob. e tomate)	Formula Infantil QUIBE ASSADO
<b>ALMOÇO</b> 10H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ CANJIQUINHA E CARNE MOÍDA/ SAL. ALFACE PICADINHO/ SOBREMESA: <b>Mamão amassado</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO PRETO COM CALDO / COXA E SOBRECOXA ASSADA DESFIADA/ SAL. BRÓCOLIS COZIDO/ SOBREMESA: <b>GOIABA SEM SEMENTE</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / MÚSCULO DESFIADO COM BATATA AMASSADA/ SAL. CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: <b>BANANA AMASSADA</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO DESFIADO/ SAL. REPOLHO E TOMATE PICADINHO/ SOBREMESA: <b>MELÃO PICADO</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OMELETE ASSADO COM CENOURA E TOMATE/ SAL. CHUCHU E VAGEM COZIDOS/ SOBREMESA: <b>PERA aquecida no microondas por 2 min</b>
<b>LANCHE DA TARDE- 13H</b>	<b>13H – Fruta: LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE</b>	<b>13H – Fruta: Banana amassada</b>	<b>13H – Fruta: Melão picado</b>	<b>13H- Vitamina de banana com manga e leite em pó</b>	<b>13H- MELANCIA picadinha sem semente</b>
<b>JANTAR</b> 15H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OVO MEXIDO/ SAL. TOMATE REFOGADOS/ SOBREMESA: <b>BANANA AMASSADA</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / CREME DE MILHO/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADO DESFIADO/ SAL. BETERRABA E CHUCHU COZIDO/ SOBREMESA: <b>MELANCIA SEM SEMENTE PICADA</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ MACARRONADA PICADA/ PERNIL ASSADO DESFIADO/ SAL. DE REPOLHO REFOGADO/ SOBREMESA: <b>LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ ACÉM PICADINHO/ SAL. BRÓCOLIS E BETERRABA COZIDOS/ SOBREMESA: <b>BANANA AMASSADA</b>	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE FRANGO DESFIADO COM MANDIOQUINHA SALSA/ SAL. CHUCHU E COUVE COZIDOS/ SOBREMESA: <b>MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min</b>

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