



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) – SETEMBRO/2024

PERÍODO DO CARDÁPIO: 02/09 a 06/09/2024

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 OVO COZIDO	Formula Infantil BOLO DE BANANA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO 10H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ CARNE MOÍDA/ SAL. REPOLHO E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: MEÃO PICADINHO SEM SEMENTE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OVO MEXIDO /SAL. CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: BANANA AMASSADINHA	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ COXA E SOBRECOXA ASSADA DESFIADA/ SAL. REPOLHO E VAGEM PICADINHA/ SOBREMESA: MAMÃO PICADINHO	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / MÚSCULO COZIDO DESFIADO/SAL. CHUCHU COZIDO/ SOBREMESA: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ PERNIL ASSADO DESFIADO/ SAL. COUVE REFOGADA E CHUCHU COZIDO/ SOBREMESA: LARANJA SEM PELE E SEM SEMENTE
LANCHE DA TARDE - 13H	13H – Fruta: Laranja sem semente e sem pele	13H – Fruta: CREPIOCA	13H – Fruta: BANANA AMASSADA	13H - Fruta: MELÃO PICADINHO SEM SEMENTE	13H – GOIABA SEM SEMENTE
JANTAR 15H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ POLENTA/ FILÉ DE FRANGO DESFIADO/ SAL. BETERRABA E BRÓCOLIS COZIDO/ SOBREMESA: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ PERNIL ASSADO DESFIADO/ SAL. COUVE E ABOBRINHA REFOGADAS/ SOBREMESA: MORANGO PICADINHO	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ ACÉM PICADINHO/ SAL TOMATE REFOGADO E COUVE-FLOR/ SOBREMESA: MELÃO PICADINHO SEM SEMENTE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / CARNE MOÍDA COM PIMENTÃO/ SAL. CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: MELANCIA PICADINHA SEM SEMENTE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / OMELETE ASSADO (COM CENOURA E TOMATE) / 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



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) – SETEMBRO/2024 PERÍODO DO CARDÁPIO: **09/09 A 13/09/2024**

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ/ 8H	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil PÃO DE QUEIJO	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil CREPIOCA	Formula Infantil QUIBE ASSADO
ALMOÇO 10H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ CANJIQUINHA/ CARNE MOÍDA SAL. TOMATE E ALFACE PICADINHO/ SOBREMESA: MELANCIA picadinha sem semente	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OVO COZIDO/ SAL. CENOURA E CHUCHU COZIDOS/ SOBREMESA: Maçã aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO DESFIADO/ SAL. REPOLHO REFOGADO/ SOBREMESA: LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE FRANGO REFOGADO DESFIADO/ SAL. BRÓCOLIS E BETERRABA COZIDOS/ SOBREMESA: BANANA AMASSADA	ARROZ TIPO PAPA / FEIJÃO COM CALDO / ACÉM PICADINHO ACEBOLADO COM PIMENTÃO/ SAL. COUVE-FLORES E COUVE/ SOBREMESA: GOIABA SEM SEMENTE
LANCHE DA TARDE- 13H	13H – Fruta: LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE	13H – BOLO DE BANANA SEM AÇÚCAR	13H – Fruta: Goiaba sem semente	13H – PÃO CASEIRO (AF)	13H – Fruta: Mamão Picado
JANTAR 15H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADO DESFIADO/ SAL. REPOLHO REFOGADO/ SOBREMESA: MAMÃO PICADO	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO PRETO COM CALDO/COXA E SOBRECORA ASSADA/ 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 / MÚSCULO COZIDO DESFIADO/ SAL. REPOLHO E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: MELANCIA SEM SEMENTE PICADINHA	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / PERNIL ASSADO DESFIADO COM BATATA/ 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 Cibele
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) – SETEMBRO/2024

PERÍODO DO CARDÁPIO: **16/09 a 20/09/2024**

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 CREPIOCA	Formula Infantil BOLO DE CENOURA S/ AÇÚCAR
ALMOÇO 10H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ CARNE MOÍDA/ SAL. REPOLHO E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: MEÃO PICADINHO SEM SEMENTE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OVO MEXIDO /SAL. CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: BANANA AMASSADINHA	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ COXA E SOBRECOXA ASSADA DESFIADA/ SAL. REPOLHO E VAGEM PICADINHA/ SOBREMESA: MAMÃO PICADINHO	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / MÚSCULO COZIDO DESFIADO/SAL. CHUCHU COZIDO/ SOBREMESA: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ PERNIL ASSADO DESFIADO/ SAL. COUVE REFOGADA E CHUCHU COZIDO/ SOBREMESA: LARANJA SEM PELE E 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/ CARNE MOÍDA/ SAL. REPOLHO E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: MEÃO PICADINHO SEM SEMENTE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OVO MEXIDO /SAL. CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: BANANA AMASSADINHA	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ COXA E SOBRECOXA ASSADA DESFIADA/ SAL. REPOLHO E VAGEM PICADINHA/ SOBREMESA: MAMÃO PICADINHO	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / MÚSCULO COZIDO DESFIADO/SAL. CHUCHU COZIDO/ SOBREMESA: MAÇÃ aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ PERNIL ASSADO DESFIADO/ SAL. COUVE REFOGADA E CHUCHU COZIDO/ SOBREMESA: LARANJA SEM PELE E SEM SEMENTE

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) – SETEMBRO /2024

PERÍODO DO CARDÁPIO: 23/09 a 27/09/2024

REFEIÇÃO	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ 8H	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil PÃO DE QUEIJO	Formula Infantil PÃO CASEIRO (AF)	Formula Infantil OVO MEXIDO	Formula Infantil BOLO DE BANANA SEM AÇÚCAR
ALMOÇO 10H	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADO DESFIADO/ SAL. REPOLHO REFOGADO/ SOBREMESA: MAMÃO PICADO	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO PRETO COM CALDO/COXA E SOBRECORA ASSADA/ 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 / MÚSCULO COZIDO DESFIADO/ SAL. REPOLHO E TOMATE REFOGADO/ SOBREMESA: MELANCIA SEM SEMENTE PICADINHA	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO / PERNIL ASSADO DESFIADO COM BATATA/ SAL. ABOBRINHA E CENOURA COZIDA/ SOBREMESA: BANANA amassada
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/ CANJIQUINHA/ CARNE MOÍDA SAL. TOMATE E ALFACE PICADINHO/ SOBREMESA: MELANCIA picadinha sem semente	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ OVO COZIDO/ SAL. CENOURA E CHUCHU COZIDOS/ SOBREMESA: Maçã aquecida no microondas por 2 min	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO DESFIADO/ SAL. REPOLHO REFOGADO/ SOBREMESA: LARANJA SEM SEMENTE E SEM PELE	ARROZ TIPO PAPA/ FEIJÃO COM CALDO/ FILÉ DE FRANGO REFOGADO DESFIADO/ SAL. BRÓCOLIS E BETERRABA COZIDOS/ SOBREMESA: BANANA AMASSADA	ARROZ TIPO PAPA / FEIJÃO COM CALDO / ACÉM PICADINHO ACEBOLADO COM PIMENTÃO/ SAL. COUVE-FLOR E COUVE/ SOBREMESA: GOIABA SEM SEMENTE

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

*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 Cibeles
Semchechem
Responsável
Técnica/Nutricionista



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