

Secretaria Municipal de Educação de Ipumirim/SC  
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE  
Ensino Educação Infantil - Zona Urbana  
Cardápio Creche Municipal Danilo João Cason

Faixa etária: Berçários II A e Maternais (24 – 47 meses) --- Período Integral

**OUTUBRO/ 2024**

Refeição / Horário	2ª FEIRA 30/09	3ª FEIRA 01/10	4ª FEIRA 02/10	5ª FEIRA 03/10	6ª FEIRA 04/10				
Café da manhã 7h15 as 7h45	Leite + cacau Pão + nata	Leite + cacau Pão + queijo	Leite + cacau Pão + geleia sem açúcar	Leite + cacau Pão + nata	Leite + cacau Pão + geleia sem açúcar				
Lanche I 8h30 as 9h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas				
Almoço 10h10 as 10h40	Arroz Lentilha Carne suína cubos Alface e tomate	Risoto com Frango (desfiado) Repolho colorido	Polenta cremosa Carne moída suína Acelga	Arroz e Feijão Preto Carne bovina cubos Beterraba com cenoura cozidas	Purê de batatas Carne frango em molho Pepino e tomate				
Lanche da tarde I 13h30 as 14h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas				
Lanche da tarde II 15h50 as 16h30	Sopa de legumes, batatinha, massa e carne gado	Pão de queijo Suco abacaxi	Sopa de legumes, batatinha, arroz e frango desfiado	Bolo de cacau Suco de laranja	Sopa de feijão carioca com massa e legumes				
Refeição / Horário	2ª FEIRA 07/10	3ª FEIRA 08/10	4ª FEIRA 09/10	5ª FEIRA 10/10	6ª FEIRA 11/10				
Café da manhã 7h15 as 7h45	Leite + cacau Pão + geleia sem açúcar	Leite + cacau Pão + nata	Leite + cacau Pão + geleia sem açúcar	Leite + cacau Pão + queijo	Leite + cacau Pão + geleia sem açúcar				
Lanche I 8h30 as 9h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas				
Almoço 10h10 as 10h40	Arroz Lentilha Carne suína cubos Alface	Polenta Carne bovina cubos Acelga	Macarrão Carne frango cubos Tomate e pepino	Arroz com feijão carioca Carne suína moída Farofa de couve e cenoura Repolho colorido	Purê de mandioca Coxinha da asa assada Salada mista				
Lanche da tarde I 13h30 as 14h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas				
Lanche da tarde II 15h50 as 16h30	Pão com frango desfiado Suco de laranja e maçã	Sopa de feijão carioca com massa e legumes	Waffle de pão de queijo Suco de abacaxi	Sagu de uva	Bolinho colorido Leite com cacau				
Refeição / Horário	2ª FEIRA 14/10	3ª FEIRA 15/10	4ª FEIRA 16/10	5ª FEIRA 17/10	6ª FEIRA 18/10				
Café da manhã 7h15 as 7h45			Leite + cacau Pão + nata	Leite + cacau Pão + queijo	Leite + cacau Pão + geleia sem açúcar				
Lanche I 8h30 as 9h			Frutas	Frutas	Frutas				
Almoço 10h10 as 10h40	<b>FERIADO PROLONGADO</b>	<b>DIA DO PROFESSOR</b>	Batata corada Carne bovina cubos Repolho colorido	Arroz e Feijão carioca Carne bovina moída Farofa de couve e cenoura Acelga	Arroz Grão de bico cremoso Carne frango em molho Tomate e pepino				
Lanche da tarde I 13h30 as 14h			Frutas	Frutas	Frutas				
Lanche da tarde II 15h50 as 16h30			Sopa de feijão preto com arroz e legumes	Pão de queijo Suco de laranja	Sopa de legumes, batatinha, massa e carne gado				
Refeição / Horário	2ª FEIRA 21/10	3ª FEIRA 22/10	4ª FEIRA 23/10	5ª FEIRA 24/10	6ª FEIRA 25/10				
Café da manhã 7h15 as 7h45	Leite + cacau Pão + geleia sem açúcar	Leite + cacau Pão + nata	Leite + cacau Pão + queijo	Leite + cacau Pão + geleia sem açúcar	Leite + cacau Pão + queijo				
Lanche I 8h30 as 9h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas				
Almoço 10h10 as 10h40	Purê de mandioca Carne bovina cubos Beterraba e cenoura cozidas	Risoto com frango Alface	Arroz e Feijão preto Ovos cozidos na água Acelga	Polenta Carne bovina moída Tomate com repolho	Macarrão Carne suína moída Alface				
Lanche da tarde I 13h30 as 14h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas				
Lanche da tarde II 15h50 as 16h30	Torta salgada Leite com cacau	Sopa de lentilha com massa e legumes	Sagu de uva Fruta	Sopa de legumes, batatinha, arroz e frango desfiado	Pão com frango Leite com cacau				
Refeição / Horário	2ª FEIRA 28/10	3ª FEIRA 29/10	4ª FEIRA 30/10	5ª FEIRA 31/10	6ª FEIRA 01/11				
Café da manhã 7h15 as 7h45	Leite + cacau Pão + nata	Leite + cacau Pão + queijo	Leite + cacau Pão + geleia sem açúcar	Leite + cacau Pão + nata	Leite + cacau Pão + geleia sem açúcar				
Lanche I 8h30 as 9h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas				
Almoço 10h10 as 10h40	Arroz Lentilha Carne suína cubos Alface e tomate	Mandioca Carne suína cubos Beterraba e cenoura	Arroz e Feijão Carne bovina cubos Brócolis e couve flor	Risoto de coxa e sobrecoxa Alface	Purê de batatas Carne frango em molho Pepino e tomate				
Lanche da tarde I 13h30 as 14h	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas	Frutas				
Lanche da tarde II 15h50 as 16h30	Sopa de legumes, batatinha, massa e carne gado	Pão de queijo Suco de abacaxi	Sopa de legumes, batatinha, arroz e frango desfiado	Bolo de cacau Suco de morango	Sopa de feijão carioca com massa e legumes				
Composição Nutricional (Média Semanal)	<b>Energia (kcal)</b> 753,71	<b>CHO (g)</b> 55 a 65% do VET 118g - 57%	<b>PTN (g)</b> 10 a 15% do VET 25g - 14%	<b>LPD (g)</b> 15 a 30% do VET 23g - 29%	<b>Vit. A (mcg)</b> 343,21	<b>Vit. C (mg)</b> 44,91	<b>Ca (mg)</b> 237,72	<b>Fe (mg)</b> 3,84	<b>SUJEITO A ALTERAÇÕES, SEM AVISO PRÉVIO</b>

Nutricionista PNAE Juliana Canton – CRN 10 3520

Frutas: abacate, abacaxi, ameixa, banana, caqui, goiaba, kiwi, laranja, maçã, mamão, manga, maracujá, melancia, melão, morango, pera, pêssego, tangerina, uva.

