

Secretaria Municipal de Educação De Cosmópolis/Sp
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE
Cardápio De Creche (1 A 3 anos) 2020

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
Refeição 1 7:00	Composto lácteo/leite em pó e pão integral com margarina	Composto lácteo/leite em pó e bolacha maisena	Composto lácteo/leite em pó e pão de hot dog com margarina	Composto lácteo/leite em pó e pão integral com margarina	Composto lácteo/leite em pó e bolacha maisena
Refeição 2 9:00	Fruta: Maçã	Fruta: Melancia	Fruta: Mamão	Fruta: Banana	Fruta: Abacaxi
1ª sem.	10/02 - 09/03-06/04-04/05-01/06	11/02-10/03-07/04-05/05-02/06	12/02-11/03-08/04-06/05-03/06	13/02-12/03-09/04-07/05-04/06	14/02-13/03-10/04-08/05-05/06
Refeição 3 10:40	Arroz, feijão e carne moída ao molho com legumes	Arroz, feijão e carne em tiras com cenoura ralada	Arroz, feijão e carne moída ao molho com legumes e salada de alface com tomate	Arroz, feijão e ovos mexidos com legumes refogados	Arroz, feijão e frango em cubos com legumes (cenoura, tomate e batata)
2ª sem.	17/02- 16/03-13/04-11/05-08/06	18/02-17/03-14/04-12/05-09/06	19/02-18/03-15/04-13/05-10/06	20/02-19/03-16/04-14/05-11/06	21/02-20/03-17/04-15/05-12/06
Refeição 3 10:40	Arroz, feijão e carne moída ao molho com legumes	Arroz, feijão e carne em tiras com cenoura ralada	Arroz, feijão e carne moída ao molho com legumes e salada de beterraba com cheiro verde	Arroz, feijão e ovos mexidos com legumes refogados	Arroz, feijão e frango em cubos com legumes (cenoura, tomate e batata)
3ª sem	24/02- 23/03-20/04-18/05-15/06	25/02-24/03-21/04-19/05-16/06	26/02-25/06-22/04-20/05-17/06	27/02-26/03-23/04-21/05-18/06	28/02-27/03-24/04-22/05-19/06
Refeição 3 10:40	Arroz, feijão e carne moída ao molho com legumes	Arroz, feijão e carne em tiras com cenoura ralada	Arroz, feijão e carne moída ao molho com legumes e salada de alface com tomate	Arroz, feijão e ovos mexidos com legumes refogados	Arroz, feijão e frango em cubos com legumes (cenoura, tomate e batata)
4ª sem	02/03-30/03-27/04-25/05-22/06	03/03-31/03-28/04-26/05-23/06	04/03-01/04-29/04-27/05-24/06	05/03-02/04-30/04-28/05-25/06	06/03-03/04-01/05-29/05-26/06
Refeição 3 10:40	Arroz, feijão e carne moída ao molho com legumes	Arroz, feijão e carne em tiras com cenoura ralada	Arroz, feijão e carne moída ao molho com legumes e salada de beterraba com cheiro verde	Arroz, feijão e ovos mexidos com legumes refogados	Arroz, feijão e frango em cubos com legumes (cenoura, tomate e batata)
Refeição 4 13:00	Fruta: Maçã	Fruta: Melancia	Fruta: Mamão	Fruta: Banana	Fruta: Abacaxi
Refeição 5 15:00 1ª e 3ª s	Bolo de cenoura e composto lácteo ou leite em pó	Pão de hot dog com margarina e suco de laranja	Bolo de maçã e composto lácteo ou leite em pó	Pão integral com margarina e suco de abacaxi	Pão de hot dog com margarina e suco de laranja
Refeição 5 15:00 2ª e 4ª s	Bolo de laranja e composto lácteo/leite em pó	Pão de hot dog com margarina e suco de laranja	Bolo de banana e composto lácteo/leite em pó	Pão integral com margarina e suco de abacaxi	Pão de hot dog com margarina e suco de laranja

OBS: Crianças de 1 a 2 anos deverão consumir o leite em pó e crianças de 2 a 3 anos deverão consumir o composto lácteo.

Composição nutricional	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Fibras (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Mg (mg)	Zn (mg)	Na (mg)
Recomendação (FNDE)	700	114,9	21,9	17,5	13,3	210	12	350	4,9	56	2,1	1400
Estamos atendendo	99,6%	94,8%	112,8%	116%	74,6%	203,8%	693%	70%	308,4%	162,6%	275,8%	55%

Nutricionista RT - Luana dos Santos – CRN 42280

