

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

**Cardápio:** Creche  
**Zona:** Urbana  
**Faixa Etária:** acima de 3 anos.  
**Período:** Integral



**nov/21**

	<b>2ª FEIRA</b> 08/nov	<b>3ª FEIRA</b> 09/nov	<b>4ª FEIRA</b> 10/nov	<b>5ª FEIRA</b> 11/nov	<b>6ª FEIRA</b> 12/nov
<b>Lanche Manhã</b> (horário definido pela unidade) *		Biscoito de Polvilho Chocolate quente (leite com chocolate 50%) Mamão Picado (Opção: suco de frutas)	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar Maçã (opção: chá misto de maçã, laranja e capim limão)	Pão de aveia com queijo e orégano no forno Chá misto de maçã, laranja e capim limão  Banana	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Chá de erva-doce  Melancia
<b>Almoço</b> (horário definido pela unidade) *	<b>Parada Pedagógica</b>	Macarrão/ Arroz Carne de Panela <b>Salada:</b> Tomate e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado <b>Salada:</b> Repolho Cenoura Cozida	Polenta/ Arroz Carne de Panela Abobrinha Refogada <b>Salada:</b> Brócolis Cozido	Arroz/ Feijão Purê de Batata Peixe Assado <b>Salada:</b> Tomate com Cebola
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h		Tangerina	Banana	Melancia	Mamão
<b>Pré Janta</b> (horário definido pela unidade) *		Arroz/ Feijão Frango assado <b>Salada:</b> Repolho e Tomate	Macarrão Carne Moída <b>Salada:</b> Couve Flor Cozida Pepino	Arroz/Feijão Farofa Frango Ensopado <b>Salada:</b> Repolho Cenoura Ralada	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de uva integral Banana

**Tatiane Wosnes**  
**CRN 2070**

**Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.**

\* Devido a pandemia, cada unidade deverá organizar os horários de escalonamento para lanches evitando aglomerações no refeitório.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

**Cardápio:** Creche  
**Zona:** Urbana  
**Faixa Etária:** acima de 3 anos  
**Período:** Integral



**nov/21**

	<b>2ª FEIRA</b> 15/nov	<b>3ª FEIRA</b> 16/nov	<b>4ª FEIRA</b> 17/nov	<b>5ª FEIRA</b> 18/nov	<b>6ª FEIRA</b> 19/nov
<b>Lanche Manhã</b> (horário definido pela unidade) *		Biscoito de Polvilho Chocolate quente ou Frio (leite com chocolate 50%)  Mamão Picado (Opção: suco de frutas)	Pão de dog Patê de Frango com cenoura ralada e cheiro verde Suco de Laranja Maçã (opção: chá misto de maçã, laranja e capim limão)	Bolo de Maçã Chá misto de maçã, laranja e capim limão  Banana <b>(opção: suco de frutas)</b>	Pão Caseiro de Aveia com Queijo Suco de frutas  Pêssego <b>(opção: Chá de erva-doce)</b>
<b>Almoço</b> (horário definido pela unidade) *	<b>Feriado</b> <b>Proclamação da República</b>	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu <b>Salada:</b> Tomate e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa Carne de panela Abóbora Refogada <b>Salada:</b> Acelga	Polenta/ Arroz Frango Ensopado <b>Salada:</b> Couve-Flor Cozida Alface	Arroz/ Feijão Omelete de Legumes (batata, cenoura, abobrinha) <b>Salada:</b> Brócolis Cozido e Repolho
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h		Melão	Banana	Pêssego	Melancia
<b>Pré Janta</b> (horário definido pela unidade) *		Arroz/ Feijão Carne de Panela <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/Feijão Farofa Carne Moida Refogada <b>Salada:</b> Cenoura Cozida	Pão de aveia com queijo e orégano no forno Suco de Laranja Maçã	Macarrão Frango Ensopado <b>Salada:</b> Brócolis Tomate

**Tatiane Wosnes**  
**CRN 2070**

**Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.**

\* Devido a pandemia, cada unidade deverá organizar os horários de escalonamento para lanches evitando aglomerações no refeitório.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

**Cardápio:** Creche  
**Zona:** Urbana  
**Faixa Etária:** acima de 3 anos  
**Período:** Integral



**nov/21**

	<b>2ª FEIRA</b> 22/nov	<b>3ª FEIRA</b> 23/nov	<b>4ª FEIRA</b> 24/nov	<b>5ª FEIRA</b> 25/nov	<b>6ª FEIRA</b> 26/nov
<b>Lanche Manhã</b> (horário definido pela unidade) *	Biscoito de Polvilho Chocolate quente ou Frio (leite com chocolate 50%)  Maçã <b>(Opção: suco de frutas)</b>	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar Perã (opção: chá misto de maçã, laranja e capim limão)	Pão Caseiro com Manteiga  Suco de uva Manga Picada	Bolo de Banana Chá misto de maçã, laranja e capim limão  Banana	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Chá de erva-doce  Melancia
<b>Almoço</b> (horário definido pela unidade) *	Polenta/ Arroz Frango Ensopado <b>Salada:</b> Cenoura Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Batata Doce Carne de Panela com Molho <b>Salada:</b> Repolho e Tomate	Arroz/Macarrão Frango Ensopado com Chuchu <b>Salada:</b> Vagem Cozida	Arroz/ Feijão Carne de Panela Abóbora Refogada <b>Salada:</b> Couve-Flor Cozida	Arroz/ Feijão Purê de Batata Frango Assado <b>Salada:</b> Tomate com Cebola
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Melão	Maçã	Banana	Melancia	Manga Picada
<b>Pré Janta</b> (horário definido pela unidade) *	Arroz Carne de Panela <b>Salada:</b> Alface e Beterraba	Arroz/ Feijão Frango assado <b>Salada:</b> Tomate e Cebola	Pão de dog Carne Moída Refogada Suco de Laranja	Arroz/Feijão Farofa Frango Ensopado <b>Salada:</b> Repolho Cenoura Ralada	Polenta/Arroz Carne Moída <b>Salada:</b> Couve Flor Cozida Pepino

**Tatiane Wosnes**  
**CRN 2070**

**Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.**

\* Devido a pandemia, cada unidade deverá organizar os horários de escalonamento para lanches evitando aglomerações no refeitório.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

**Cardápio:** Creche  
**Zona:** Urbana  
**Faixa Etária:** acima de 3 anos  
**Período:** Integral



**nov/21**

	<b>2ª FEIRA</b> 29/nov	<b>3ª FEIRA</b> 30/nov	<b>4ª FEIRA</b> 01/dez	<b>5ª FEIRA</b> 02/dez	<b>6ª FEIRA</b> 03/dez
<b>Lanche Manhã</b> (horário definido pela unidade) *	Biscoito de Polvilho Chocolate quente ou Frio (leite com chocolate 50%)  Mamão Picado <b>(Opção: suco de frutas)</b>	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar Maçã (opção: chá misto de maçã, laranja e capim limão)	Pão Caseiro com Queijo e orégano no forno Suco de Uva  Manga	Biscoito de Polvilho logurte  Banana (Opção: suco de frutas)	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Chá de erva-doce  Pêssego
<b>Almoço</b> (horário definido pela unidade) *	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho <b>Salada:</b> Cenoura Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Farofa Frango Assado <b>Salada:</b> Beterraba Cozida Repolho	Arroz/Polenta Carne Desfiada com Molho e Chuchu <b>Salada:</b> Alface e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado <b>Salada:</b> Brócolis e Repolho	Arroz/ Feijão Batata Saute Peixe Assado <b>Salada:</b> Tomate e Cebola
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Maçã	Tangerina	Banana	Pessegueiro	Melancia
<b>Pré Janta</b> (horário definido pela unidade) *	Arroz/Polenta Frango Ensopado <b>Salada:</b> Tomate e Cebola	Arroz Farofa Carne de Panela <b>Salada:</b> Alface e Beterraba	Bolinho de carne assado (formato de bolinhas ou hambúrguer) Pão de dog Tomate e Alface Suco de Uva Integral	Arroz/Feijão Batata Saute Peixe Assado <b>Salada:</b> Repolho Cenoura Ralada	Pão Caseiro Patê de Frango com cenoura ralada e cheiro verde logurte

**Tatiane Wosnes**  
**CRN 2070**

**Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.**

\* Devido a pandemia, cada unidade deverá organizar os horários de escalonamento para lanches evitando aglomerações no refeitório.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

**Cardápio:** Creche  
**Zona:** Urbana  
**Faixa Etária:** acima de 3 anos.  
**Período:** Integral



**dez/21**

	<b>2ª FEIRA</b> 06/dez	<b>3ª FEIRA</b> 07/dez	<b>4ª FEIRA</b> 08/dez	<b>5ª FEIRA</b> 09/dez	<b>6ª FEIRA</b> 10/dez
<b>Lanche Manhã</b> (horário definido pela unidade) *	Biscoito de Polvilho Chá misto de Abacaxi, maçã e hortelã  Mamão Picado <b>(Opção: suco de frutas)</b>	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar Maçã (opção: chá misto de maçã, laranja e capim limão)	Pão Caseiro com Manteiga Suco de uva Pêra  (opção: chá de erva doce)	Pão de aveia com queijo e orégano no forno Chá misto de maçã, laranja e capim limão Banana	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Chá de erva-doce  Tangerina
<b>Almoço</b> (horário definido pela unidade) *	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu <b>Salada:</b> Tomate e Pepino	Arroz/ Feijão Carne Moída Ensopada com Batata <b>Salada:</b> Alface e Beterraba	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado <b>Salada:</b> Repolho Cenoura Cozida	Polenta/ Arroz Carne de Panela Abobrinha Refogada <b>Salada:</b> Brócolis Cozido	Arroz/ Feijão Purê de Batata Peixe Assado <b>Salada:</b> Tomate com Cebola
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Maçã	Tangerina	Banana	Perá	Melancia
<b>Pré Janta</b> (horário definido pela unidade) *	Arroz Carne de Panela <b>Salada:</b> Alface e Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Frango assado <b>Salada:</b> Repolho e Tomate	Macarrão Carne Moída <b>Salada:</b> Couve Flor Cozida Pepino	Arroz/Feijão Farofa Frango Ensopado <b>Salada:</b> Repolho Cenoura Ralada	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de uva integral Banana

**Tatiane Wosnes**  
**CRN 2070**

**Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.**

\* Devido a pandemia, cada unidade deverá organizar os horários de escalonamento para lanches evitando aglomerações no refeitório.

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GASPAR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -PNAE**

**Cardápio:** Creche  
**Zona:** Urbana  
**Faixa Etária:** acima de 3 anos  
**Período:** Integral



**nov/21**

	<b>2ª FEIRA</b> 13/dez	<b>3ª FEIRA</b> 14/dez	<b>4ª FEIRA</b> 15/dez	<b>5ª FEIRA</b> 16/dez	<b>6ª FEIRA</b> 17/dez
<b>Lanche Manhã</b> (horário definido pela unidade) *	Biscoito de Polvilho Chocolate quente (leite com chocolate 50%)  Melão Picado <b>(Opção:</b> suco de frutas)				
<b>Almoço</b> (horário definido pela unidade) *	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu <b>Salada:</b> Tomate Pepino				
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Banana				
<b>Pré Janta</b> (horário definido pela unidade) *	Arroz Carne de Panela Salada: Alface e Cenoura Cozida				

**Tatiane Wosnes**  
**CRN 2070**

**Não serão permitidas alterações no cardápio sem autorização prévia das Nutricionistas da Secretaria de Educação.**

\* Devido a pandemia, cada unidade deverá organizar os horários de escalonamento para lanches evitando aglomerações no refeitório.