

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

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



**set/22**

	<b>2ª FEIRA</b> 05/set	<b>3ª FEIRA</b> 06/set	<b>4ª FEIRA</b> 07/set	<b>5ª FEIRA</b> 08/set	<b>6ª FEIRA</b> 09/set
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Pão de Queijo Leite quente saborizado com canela e baunilha Maçã picadinha ( <b>Opção:</b> chá )	Pão Caseiro com Manteiga Leite com café  Banana		Biscoito de Polvilho Leite com café  Tangerina	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Suco de Abacaxi Melão Picadinho
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu <b>Salada:</b> Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de cenoura ralada Carne Moída <b>Salada:</b> Alface e Tomate	<b>Feriado</b> <b>Independência</b> <b>do</b> <b>Brasil</b>	Arroz/Feijão Carne de Panela Farofa de couve picadinha <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/Mexerica	Maçã Picadinha		Melão Picadinho	Banana
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Farofa de cenoura ralada <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/ Feijão Frango assado Abobora refogada <b>Salada:</b> Brócolis		Arroz/Feijão Farofa de abobrinha ralada Frango Ensopado <b>Salada:</b> Tomate e Cebola	Pão Caseiro Ovos mexidos Suco de uva integral Banana

Tatiane Wosnes  
 CRN 2070

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

\* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda evitando aglomerações.

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

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



**set/22**

	<b>2ª FEIRA</b> 12/set	<b>3ª FEIRA</b> 13/set	<b>4ª FEIRA</b> 14/set	<b>5ª FEIRA</b> 15/set	<b>6ª FEIRA</b> 16/set
<b>Lanche Manhã</b> 8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite com café Maçã  (Opção: suco de frutas)	Pão com Manteiga Suco de Laranja  Banana	Pão hot dog Patê de Frango com cenoura ralada e cheiro verde Suco de Uva Mamão (Opção: chá de erva doce)	Pão com Manteiga Leite com café  Banana	Pão pizza ( Queijo, tomate picadinho e orégano) Chá de maçã com canela Melão
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho <b>Salada:</b> Chuchu Cozido Tomate	Arroz/ Feijão Aipim Cozido Frango Ensopado <b>Salada:</b> Beterraba Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Farofa Carne Moida ao Molho Abóbora Refogada <b>Salada:</b> Brócolis	Polenta/ Arroz Frango Ensopado <b>Salada:</b> Alface Couve-Flor Cozida	Arroz/ Feijão Omelete com legumes (cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate picadinho) <b>Salada:</b> Repolho
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Melão	Laranja	Melancia	Mamão	Maçã
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Frango Ensopado <b>Salada:</b> Pepino e Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Carne de Panela Repolho Refogado <b>Salada:</b> Tomate com cebola	Pão pizza ( Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de uva Maçã	Macarrão Carne Moída <b>Salada:</b> Brócolis Tomate	Sopa de Frango, Aletria e legumes (batata, cenoura e abobrinha)

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

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

\* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda evitando aglomerações.

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

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



**set/22**

	<b>2ª FEIRA</b> 19/set	<b>3ª FEIRA</b> 20/set	<b>4ª FEIRA</b> 21/set	<b>5ª FEIRA</b> 22/set	<b>6ª FEIRA</b> 23/set
<b>Lanche Manhã</b> 8h - 9h	Pão de Queijo Leite quente saborizado com canela e baunilha  Maçã	Pão pizza ( Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de Abacaxi  Banana	Pão hot dog Ovos mexidos Suco de Laranja  Melancia	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Leite com café  Banana	Pão Caseiro com manteiga Suco de Uva  Melão
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Frango Ensopado <b>Salada:</b> Cenoura Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Batata Doce assada Carne de Panela com Molho <b>Salada:</b> Repolho e Tomate	Arroz/Macarrão Frango em cubos ao molho sugo <b>Salada:</b> Vagem Cozida e cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas <b>Salada:</b> Couve-Flor Cozida Alface	Arroz/ Feijão Purê de Batata Frango Assado <b>Salada:</b> Tomate com Cebola
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Perá	Tangerina/Mexerica	Maçã	Banana	Mamão
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Purê de abobora com cheirinho verde <b>Salada:</b> Beterraba	Arroz/ Feijão Frango assado <b>Salada:</b> Brócolis Cozido	Sopa de Frango, Aletria e legumes (batata, cenoura e abobrinha)	Arroz/Feijão Farofa Frango em cubos com legumes <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/Feijão Carne Moida com Batatas <b>Salada:</b> Pepino e Tomate

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

\* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda evitando aglomerações.

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

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



**set/22**

	<b>2ª FEIRA</b> 26/set	<b>3ª FEIRA</b> 27/set	<b>4ª FEIRA</b> 28/set	<b>5ª FEIRA</b> 29/set	<b>6ª FEIRA</b> 30/set
<b>Lanche Manhã</b> 8h - 9h	Biscoito de Polvilho leite com café Mamão Picado  (Opção: suco de frutas)	Pão Caseiro com Queijo Leite com café  Banana	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar  Tangerina/Mexerica	Pão Caseiro com Manteiga Leite com café  Maçã	Pão de Hot dog Hamburguer Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva Espetinho de Frutas colorido Pipoca (maiores de 3 anos)
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	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> Repolho	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Abóbora Refogada <b>Salada:</b> Acelga	Arroz/ Feijão Batata Saute Peixe Assado <b>Salada:</b> Tomate e Cebola
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Tangerina/Mexerica	Melancia	Banana	Mamão	Maçã
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz/Polenta Frango Ensopado <b>Salada:</b> Tomate e Cebola	Sopa de Carne com batata, abobrinha e abóbora e aletria ou arroz	Pão de Hot Dog Patê de Frango Suco de Uva Integral	Arroz/Feijão Carne de Panela Farofa de cenoura ralada <b>Salada:</b> Repolho	Pão de Hot dog Hamburguer Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva Espetinho de Frutas colorido

Tatiane Wosnes  
 CRN 2070

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

\* Horário sugerido. Cada unidade poderá organizar o horário de acordo com sua demanda evitando aglomerações.