

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



out/22

	2ª FEIRA 03/out	3ª FEIRA 04/out	4ª FEIRA 05/out	5ª FEIRA 06/out	6ª FEIRA 07/out
Lanche Manhã *8h - 9h	Pão de Queijo Leite quente com chocolate 50% cacau Maçã picadinha	Pão Caseiro com Manteiga Leite com café Banana	Pão Caseiro de Aveia Ovos mexidos Suco de Laranja Mamão Picadinho	Biscoito de Polvilho Leite com café Tangerina	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Suco de Abacaxi Melão picadinho
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu Salada: Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de cenoura ralada Carne Moída Salada: Alface e Tomate	Arroz/ Feijão Aipim Cozido Frango Ensopado Salada: Cenoura Cozida Repolho	Arroz/ Feijão Carne de Panela Farofa de couve picadinha Salada: Brócolis Cozido Pepino	Arroz/ Feijão Purê de Batata Peixe Assado Salada: Tomate com Cebola
Lanche da tarde 13h - 14h	Tangerina/Mexerica	Maçã Picadinha	Banana	Melão Picadinho	Banana
Pré Janta 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Farofa de cenoura ralada Salada: Repolho	Arroz/ Feijão Frango assado Abobora refogada Salada: Brócolis	Arroz/ Feijão Pure de Batatas Carne de Panela Salada: Couve Flor	Arroz/Feijão Farofa de abobrinha ralada Frango Ensopado Salada: Tomate e Cebola	Pão Caseiro Ovos mexidos Suco de uva integral

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



out/22

	2ª FEIRA 10/out	3ª FEIRA 11/out	4ª FEIRA 12/out	5ª FEIRA 13/out	6ª FEIRA 14/out
Lanche Manhã 8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite com café Maçã (Opção: suco de frutas)	Pão com Manteiga Suco de Laranja Banana		Pão com Manteiga Leite com café Melão Picadinho	Pão pizza (Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de Abacaxi Mamão
Almoço 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Chuchu Cozido Tomate	Arroz/ Feijão Pure de batatas Sobrecoca assada Salada: Repolho Sobremesa: Sorvete de frutas congeladas	Feriado Padroeira do Brasil	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado Salada: Tomate Pepino	Arroz/ Feijão Omelete com legumes (cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate picadinho) Salada: Repolho
Lanche da tarde 13h - 14h	Melão	Sorvete de frutas congeladas		Mamão	Maçã
Pré Janta 15h - 16h	Arroz Frango Ensopado Salada: Pepino e Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Carne de Panela Repolho Refogado Salada: Tomate com cebola		Polenta/Arroz Carne Moída Salada: Repolho	Pão com queijo Suco de Uva

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



out/22

	2ª FEIRA 17/out	3ª FEIRA 18/out	4ª FEIRA 19/out	5ª FEIRA 20/out	6ª FEIRA 21/out
Lanche Manhã 8h - 9h	Pão de Queijo Leite Gelado ou Quente com chocolate 50% cacau Maçã	Pão pizza (Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de Abacaxi Banana	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Suco de Frutas Melancia	Pão hot dog Ovos mexidos Leite com Café Banana	Pão Caseiro com manteiga Suco de Uva Melão
Almoço 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Frango Ensopado Salada: Beterraba Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Batata Doce assada Carne de Panela com Molho Salada: Repolho e Tomate	Arroz/Macarrão Frango em cubos ao molho sugo Salada: Vagem Cozida e cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas Salada: Couve-Flor Cozida Alface	Arroz/ Feijão Purê de Batata Frango Assado Salada: Tomate com Cebola
Lanche da tarde 13h - 14h	Perá	Tangerina/Mexerica	Maçã	Melancia	Banana e Mamão picados
Pré Janta 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Purê de abobora com cheirinho verde Salada: Beterraba	Arroz/ Feijão Frango assado Salada: Brócolis Cozido	Pão Caseiro Ovos Mexidos Suco de Laranja	Arroz/Feijão Farofa Frango em cubos com legumes Salada: Repolho	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas Salada: 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



out/22

	2ª FEIRA 24/out	3ª FEIRA 25/out	4ª FEIRA 26/out	5ª FEIRA 27/out	6ª FEIRA 28/out
Lanche Manhã 8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite com café Mamão Picado	Pão Caseiro com Queijo Leite com café Melancia	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar Banana	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)
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Cenoura Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Farofa Frango Assado Salada: Beterraba Cozida Repolho	Arroz/Polenta Carne Desfiada com Molho e Chuchu Salada: Repolho	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Abóbora Refogada Salada: Acelga	Arroz/ Feijão Ovo mexido Salada: Tomate e Repolho
Lanche da tarde 13h - 14h	Tangerina/Mexerica	Banana	Melancia	Mamão	Maçã
Pré Janta 15h - 16h	Arroz/Polenta Frango Ensopado Salada: Repolho	Arroz/ Feijão Carne Moida Salada: Alface e Tomate	Pão de Hot Dog Patê de Frango Suco de Uva Integral	Arroz/Feijão Carne de Panela Farofa de cenoura ralada Salada: Pepino	Pão de Hot dog Hamburguer Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva Espetinho de Frutas colorido Pipoca (maiores de 3 anos)

Tatiane Wosnes
 CRN 2070

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

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



out/22

	2ª FEIRA 31/out	3ª FEIRA 01/nov	4ª FEIRA 02/nov	5ª FEIRA 03/nov	6ª FEIRA 04/nov
Lanche Manhã *8h - 9h	Pão de Queijo Leite quente saborizado com canela Maçã picadinha (Opção: chá)	Pão Caseiro com Manteiga Leite com café Banana		Biscoito de Polvilho Leite com café Melão picadinho	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Suco de Abacaxi Melancia
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu Salada: Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de cenoura ralada Carne Moída Salada: Alface e Tomate	Feriado Finados	Polenta / Arroz Carne de Panela Farofa de couve picadinha Salada: Repolho e Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Purê de Batata Peixe Assado Salada: Tomate com Cebola
Lanche da tarde 13h - 14h	Tangerina/Mexerica	Melancia		Banana	Maçã
Pré Janta 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Farofa de cenoura ralada Salada: Repolho	Arroz/ Feijão Frango assado Abobora refogada Salada: Brócolis		Macarrão Carne Moida Salada: 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.