

**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



**mar/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 06/mar	<b>3ª FEIRA</b> 07/mar	<b>4ª FEIRA</b> 08/mar	<b>5ª FEIRA</b> 09/mar	<b>6ª FEIRA</b> 10/mar
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Biscoito de Polvilho Suco de Uva Mamão Picado <b>(Opção:</b> leite gelado)	Pão Caseiro com Manteiga Leite com café Maçã <b>Opção:</b> vitamina de leite e maçã	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar  Pera	Pão Caseiro com Manteiga Leite com café  Banana	Pão Caseiro de Aveia com Queijo Suco de Laranja  Caqui
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	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	Laranja	Banana	Caqui	Mamão
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	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> Tomate com Cebola	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.**

\* 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



**mar/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 13/mar	<b>3ª FEIRA</b> 14/mar	<b>4ª FEIRA</b> 15/mar	<b>5ª FEIRA</b> 16/mar	<b>6ª FEIRA</b> 17/mar
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Biscoito de Polvilho Chocolate quente (leite com chocolate 50%) Melão Picado <b>(Opção: suco de frutas)</b>	Pão Caseiro com Manteiga Leite com café Banana <b>opção:</b> vitamina de leite com banana	Pão Caseiro Patê de Frango com cenoura ralada e cheiro verde Suco de Laranja Maçã	Pão Caseiro com Manteiga Leite com café ou suco  Mamão	Pão pizza ( Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de Abacaxi Banana
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho <b>Salada:</b> Repolho Cenoura Ralada	Arroz/ Feijão Aipim Cozido Frango Ensopado <b>Salada:</b> Beterraba Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Farofa Carne de panela Abóbora Refogada <b>Salada:</b> Acelga	<b>Polenta/ Arroz</b> 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	Maçã	Laranja	Banana	Caqui	Pera
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Frango Ensopado <b>Salada:</b> Pepino e Tomate	Arroz/ Feijão Carne de Panela <b>Salada:</b> Repolho	Pão Caseiro de Aveia com Queijo Suco de Laranja Maçã	Arroz/Feijão Farofa Carne Moida Refogada <b>Salada:</b> Cenoura Cozida	Macarrão Carne Moida Salada: Tomate e Cebola

**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



**mar/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 20/mar	<b>3ª FEIRA</b> 21/mar	<b>4ª FEIRA</b> 22/mar	<b>5ª FEIRA</b> 23/mar	<b>6ª FEIRA</b> 24/mar
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Biscoito de Polvilho leite com café  Maçã	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Uva Integral  Melão	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar Pera	Pão Caseiro Queijo Suco de Frutas  Caqui	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Chá de erva-doce  Banana
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	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	Laranja	Maçã	Banana	Pera	Banana
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Carne de Panela <b>Salada:</b> Alface e Beterraba	Arroz/ Feijão Frango assado <b>Salada:</b> Tomate e Cebola	Pão Hot Dog Ovos mexidos Suco de uva integral	Arroz/Feijão Farofa Frango Ensopado <b>Salada:</b> Repolho Cenoura Ralada	Polenta/Arroz Carne Moída <b>Salada:</b> Brócolis Cozido Pepino

**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



**mar/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 27/mar	<b>3ª FEIRA</b> 28/mar	<b>4ª FEIRA</b> 29/mar	<b>5ª FEIRA</b> 30/mar	<b>6ª FEIRA</b> 31/mar
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite Gelado ou Morno Mamão Picado <b>(Opção: bater o leite com a frutas)</b>	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas  Banana	Pão Caseiro com Queijo Leite com café  Caqui	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 Batata Doce assada Carne de Panela com Molho <b>Salada:</b> Repolho e Tomate	Arroz/Polenta Carne Desfiada com Molho e Chuchu <b>Salada:</b> Vagem Cozida e Repolho	Arroz/ Feijão Farofa de Couve Frango Ensopado <b>Salada:</b> Acelga	Arroz/ Feijão Pure de Batatas Peixe Assado <b>Salada:</b> Tomate e Cebola
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Maçã	Banana	Caqui	Banana	Mamão
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz/Polenta Frango Ensopado <b>Salada:</b> Tomate e Cebola	Arroz/Feijão Frango Assado <b>Salada:</b> Beterrada	Pão de Hot Dog Carne Moida com Molho  Suco de Uva Integral	Arroz/Feijão Carne de Panela  <b>Salada:</b> Repolho Cenoura Ralada	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.**