

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

**Cardápio:** Creche  
**Zona:** Urbana e Rural  
**Faixa Etária:** 12 meses a 3 anos.  
**Período:** Integral



**set/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 04/set	<b>3ª FEIRA</b> 05/set	<b>4ª FEIRA</b> 06/set	<b>5ª FEIRA</b> 07/set	<b>6ª FEIRA</b> 08/set
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Pão de Queijo Leite quente ou frio  Maçã picadinha	Pão Caseiro com Manteiga Leite com café  Banana	Pão Caseiro de Aveia Ovos Mexidos Suco de Abacaxi  Melancia		Biscoito de Polvilho Suco de Frutas  Mamão
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Sobrecoxa Ensopada com Chuchu <b>Salada:</b> Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de cenoura ralada Carne Moída <b>Salada:</b> Repolho eTomate	Arroz/ Polenta Sobrecoxa Ensopada <b>Salada:</b> Pepino Cenoura Cozida	<b>Feriado</b>  <b>Independência do Brasil</b>	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas Salada: Tomate e Cebola
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Pokan/Bergamota	Maçã Picadinha	Melancia		Banana
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Farofa de cenoura ralada <b>Salada:</b> Repolho	Arroz/ Feijão Sobrecoxa assada Abobora refogada <b>Salada:</b> Brócolis	Arroz/Feijão Farofa de abobrinha ralada Carne de Panela <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 horario 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:** 12 meses a 3 anos.  
**Período:** Integral



**set/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 11/set	<b>3ª FEIRA</b> 12/set	<b>4ª FEIRA</b> 13/set	<b>5ª FEIRA</b> 14/set	<b>6ª FEIRA</b> 15/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 Ovos mexidos Suco de Uva  Mamão	Pão com Doce de Frutas sem açúcar Leite com café  Banana	Pão pizza ( Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de Abacaxi Melancia
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho <b>Salada:</b> Chuchu Cozido Tomate	Arroz/ Feijão Sobrecoca assada Abóbora Refogada <b>Salada:</b> Beterraba Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Vaca atolada (carne de panela com aipim) <b>Salada:</b> Repolho e Cenoura	Polenta/ Arroz Sobrecoca Ensopada <b>Salada:</b> Alface Couve-Flor Cozida	Arroz/ Feijão Purê de Batata Peixe Assado <b>Salada:</b> Pepino e Tomate
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Melancia	Laranja	Banana	Mamão	Maçã
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Sobrecoca Ensopada <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	Arroz/Feijão Ovos mexidos <b>Salada:</b> Salada Mista

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:** 12 meses a 3 anos.  
**Período:** Integral



**set/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 18/set	<b>3ª FEIRA</b> 19/set	<b>4ª FEIRA</b> 20/set	<b>5ª FEIRA</b> 21/set	<b>6ª FEIRA</b> 22/set
<b>Lanche Manhã</b> *8h - 9h	Pão de Queijo Leite Gelado ou Quente  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 Doce de Frutas sem açúcar Suco de Uva  Mamão
<b>Almoço</b> 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Sobrecoca Ensopada <b>Salada:</b> Beterraba Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Batata Doce assada Carne de Panela com Molho <b>Salada:</b> Repolho e Tomate	Arroz/Macarrão Sobrecoca ensopada <b>Salada:</b> Vagem Cozida e cenoura cozida	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas <b>Salada:</b> Brócolis e Tomate	Arroz/ Feijão Omelete com legumes (cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate picadinho) <b>Salada:</b> Alface e Beterraba
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Perá	Pokan /Bergamota	Maçã	Banana	Laranja
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Purê de abobora com cheirinho verde <b>Salada:</b> Beterraba	Arroz/ Feijão Sobrecoca assada Farofa de abobrinha ralada <b>Salada:</b> Repolho	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas  Melancia	Arroz/Feijão Farofa Frango em cubos com legumes <b>Salada:</b> Couve Flor	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas <b>Salada:</b> Pepino e Tomate

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:** 12 meses a 3 anos.  
**Período:** Integral



**set/23**

	<b>2ª FEIRA</b> 25/set	<b>3ª FEIRA</b> 26/set	<b>4ª FEIRA</b> 27/set	<b>5ª FEIRA</b> 28/set	<b>6ª FEIRA</b> 29/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  Mamão	Pão Caseiro com Manteiga Leite com café  Maçã	Pão de Hot dog Hamburguer Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva Salada de Frutas 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 de abobrinha ralada Sobrecoxa Assada <b>Salada:</b> Beterraba Cozida Repolho	Arroz/Polenta Carne Desfiada <b>Salada:</b> Repolho e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Abóbora Refogada <b>Salada:</b> Brócolis Cozido	Arroz/ Feijão Purê de Batata Frango Assado Salada: Tomate com Cebola Alface
<b>Lanche da tarde</b> 13h - 14h	Pokan/Mexerica	Melancia	Banana	Mamão	Maçã
<b>Pré Janta</b> 15h - 16h	Arroz/Polenta Frango Ensopado <b>Salada:</b> Tomate e Cebola	Arroz/ Feijão Carne de Panela <b>Salada:</b> Beterraba Cozida Repolho	Pão de Hot Dog Ovos Mexidos 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 Salada de Frutas Pipoca (maiores de 3 anos)

Tatiane Wosnes  
 CRN 2070

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