

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/23

	2ª FEIRA 04/set	3ª FEIRA 05/set	4ª FEIRA 06/set	5ª FEIRA 07/set	6ª FEIRA 08/set
Lanche Manhã *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
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu Salada: Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de cenoura ralada Carne Moída Salada: Repolho e tomate	Arroz/ Polenta Sobrecoxa Ensopada Salada: Pepino Cenoura Cozida	Feriado Independência do Brasil	Arroz/ Feijão Carne Moida com Batatas Salada: Tomate e Cebola
Lanche da tarde 13h - 14h	Pokan/Bergamota	Maçã Picadinha	Melancia		Banana
Pré Janta 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Farofa de cenoura ralada Salada: Repolho	Arroz/ Feijão Sobrecoxa assada Abobora refogada Salada: Brócolis	Arroz/Feijão Farofa de abobrinha ralada Carne de Panela 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.

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

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



set/23

	2ª FEIRA 11/set	3ª FEIRA 12/set	4ª FEIRA 13/set	5ª FEIRA 14/set	6ª FEIRA 15/set
Lanche Manhã 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
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Chuchu Cozido Tomate	Arroz/ Feijão Sobrecoxa Assada Abóbora Refogada Salada: Beterraba Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Vaca atolada (carne de panela com aipim) Salada: Repolho e Cenoura	Polenta/ Arroz Sobrecoxa Ensopada Salada: Alface Couve-Flor Cozida	Arroz/ Feijão Purê de batatas Peixe Assado Salada: Pepino e Tomate
Lanche da tarde 13h - 14h	Melancia	Laranja	Banana	Mamão	Maçã
Pré Janta 15h - 16h	Arroz Sobrecoxa Ensopada Salada: Pepino e Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Carne de Panela Repolho Refogado Salada: Tomate com cebola	Pão pizza (Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de uva Maçã	Macarrão Carne Moída Salada: Brócolis Tomate	Arroz/Feijão Ovos Mexidos Salada: 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: acima de 3 anos
Período: Integral



set/22

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

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 Etaria: acima de 3 anos
Período: Integral



set/23

	2ª FEIRA 24/set	3ª FEIRA 26/set	4ª FEIRA 27/set	5ª FEIRA 28/set	6ª FEIRA 29/set
Lanche Manhã 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 Salada de Frutas Pipoca (maiores de 3 anos)
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Cenoura Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de abobrinha ralada Sobrecoxa Assada Salada: Beterraba Cozida Repolho	Arroz/Polenta Carne de Panela Salada: Repolho e Tomate	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Abóbora Refogada Salada: Brócolis Cozido	Arroz/ Feijão Purê de Batatas Frango Assado Salada: Tomate com Cebola Alface
Lanche da tarde 13h - 14h	Pokan/Mexerica	Melancia	Banana	Mamão	Maçã
Pré Janta 15h - 16h	Arroz/Polenta Frango Ensopado Salada: Tomate e Cebola	Arroz/Feijão Carne de Panela Salada: Beterraba Cozida Repolho	Pão de Hot Dog Ovos Mexidos Suco de Uva Integral	Arroz/Feijão Carne de Panela Farofa de cenoura ralada Salada: 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.