

**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



nov/23

	2ª FEIRA 06/nov	3ª FEIRA 07/nov	4ª FEIRA 08/nov	5ª FEIRA 09/nov	6ª FEIRA 10/nov
Lanche Manhã *8h - 9h	Pão de Queijo Leite quente ou gelado Maçã picadinha (Opção: chá de erva doce)	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas Banana	Pão Caseiro de Aveia Ovos mexidos Suco de Laranja Mamão Picadinho	Pão Caseiro com Doce de Frutas sem açúcar Leite quente ou gelado Laranja	Pão Caseiro de Aveia com Manteiga Suco de Frutas Melancia
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Frango Ensopado com Chuchu Salada: Beterraba e Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de cenoura ralada Carne Moída Salada: Brócolis Cozido Tomate	Arroz/ Feijão Farofa de couve picadinha Frango Ensopado Salada: Cenoura Cozida Repolho	Arroz/ Feijão Vaca atolada (Carne de Panela com aipim) Salada: Alface e Tomate	Arroz/ Feijão Purê de Batata Peixe assado Salada: Tomate com Cebola
Lanche da tarde 13h - 14h	Melancia	Maçã Picadinha	Banana	Mamão	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 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



nov/23

	2ª FEIRA 13/nov	3ª FEIRA 14/nov	4ª FEIRA 15/nov	5ª FEIRA 16/nov	6ª FEIRA 17/nov
Lanche Manhã *8h - 9h	Pão de Queijo Leite com café Maçã (Opção: suco de frutas)	Pão com Doce de Frutas sem açúcar Suco de Frutas Banana		Biscoito de Polvilho Leite com café Melancia	Pão pizza (Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de Abacaxi Banana
Almoço 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Chuchu Cozido Tomate	Arroz/ Feijão Frango Ensopado Salada: Couve-Flor Cozida Pepino	Feriado Proclamação da Republica	Arroz/ Feijão Carne Moida com batata Salada: Tomate e Pepino	Arroz/ Feijão Omelete com legumes (cenoura ralada, abobrinha ralada, tomate picadinho) Salada: Repolho
Lanche da tarde 13h - 14h	Melão	Melancia		Banana	Maçã
Pré Janta 15h - 16h	Arroz Frango Ensopado Salada: Pepino e Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas Salada: Repolho e Tomate		Arroz/ Feijão Frango Assado Salada: Brócolis Tomate	Pão, manteiga e queijo Suco de Frutas

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



nov/23

	2ª FEIRA 20/nov	3ª FEIRA 21/nov	4ª FEIRA 22/nov	5ª FEIRA 23/nov	6ª FEIRA 24/nov
Lanche Manhã *8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite gelado ou quente Maçã	Pão Caseiro de Aveia com manteiga e queijo Suco de Abacaxi Banana	Pão Caseiro com Doce de Frutas sem açúcar Suco de Frutas Melancia	Pão hot dog Ovos mexidos Suco de Laranja Mamão	Pão de x salada Hamburguer Caseiro Tomate e Alface Suco de Uva Salada de Frutas Pipoca (maiores de 3 anos)
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/Feijão 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	Mamão	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 com cenoura ralada Frango em cubos com legumes Salada: Repolho	Pão de x salada 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.

* 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



nov/23

	2ª FEIRA 27/nov	3ª FEIRA 28/nov	4ª FEIRA 29/nov	5ª FEIRA 30/nov	6ª FEIRA 01/dez
Lanche Manhã *8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite Gelado Maçã	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas Banana	Pão Caseiro Ovo* mexido Suco de Laranja sem açúcar Melancia	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas s/açucar Suco de Frutas Mamão	Pão Caseiro com Queijo Suco de Frutas Banana
Almoço 10h45 - 11h45	Macarrão/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Cenoura Cozida Pepino	Arroz/ Feijão Farofa de Cenoura Ralada Frango Assado Salada: Beterraba Cozida Repolho	Arroz/Polenta Carne Desfiada com Molho e Chuchu Salada: Pepino de Tomate	Arroz/ Feijão Farofa Frango Ensopado Abóbora Refogada Salada: Acelga	Arroz/ Feijão Ovos mexidos Salada: Tomate e Repolho
Lanche da tarde 13h - 14h	Melancia	Mamão	Maçã	Banana	Salada de Frutas
Pré Janta 15h - 16h	Arroz/Polenta Frango Ensopado Salada: Repolho	Arroz/ Feijão Carne Moida Salada: Alface e Tomate	Pão de Hot Dog Carne Moida Suco de Uva Integral	Arroz/Feijão Carne de Panela Farofa de abobrinha ralada Salada: Pepino	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas s/açucar Suco de Frutas

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: 12 meses a 3 anos.
Período: Integral



dez/23

	2ª FEIRA 04/dez	3ª FEIRA 05/dez	4ª FEIRA 06/dez	5ª FEIRA 07/dez	6ª FEIRA 08/dez
Lanche Manhã *8h - 9h	Pão de Queijo Leite Maçã picadinha	Pão Caseiro com Manteiga Suco de Frutas Banana	Pão Caseiro com Queijo Suco de Uva Mamão	Pão Caseiro com Doce de Frutas 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	Arroz/ Feijão Farofa de abobrinha Sobrecoca de Frango Assada Salada: Repolho e Cenoura	Polenta / Arroz Carne de Panela Farofa de couve picadinha Salada: Brócolis Cozido Beterraba	Arroz/ Feijão Purê de Batata Sobrecoca de Frango Assada Salada: Tomate com Cebola
Lanche da tarde 13h - 14h	Mamão	Melancia	Salada de Frutas	Banana	Maçã
Pré Janta 15h - 16h	Arroz Carne de Panela Farofa de cenoura ralada Salada: Repolho	Arroz/ Feijão Frango assado Abobora refogada Salada: Brócolis	Pão pizza (Queijo, tomate picadinho e orégano) Suco de Abacaxi Banana	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.

**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.
Periodo: Integral



dez/23

	2ª FEIRA 11/dez	3ª FEIRA 12/dez	4ª FEIRA 14/dez	5ª FEIRA 15/dez	6ª FEIRA 16/dez
Lanche Manhã *8h - 9h	Biscoito de Polvilho Leite gelado ou quente Maçã	Pão Caseiro com Manteiga e/ou Doce de Frutas Suco de Frutas Salada de Frutas			
Almoço 10h45 - 11h45	Polenta/ Arroz Carne Moída ao Molho Salada: Chuchu Cozido Cenoura Cozida	Arroz/ Feijão Farofa Sobrecoca ensopada Salada: Tomate Pepino			
Lanche da tarde 13h - 14h	Melancia	Salada de Frutas			
Pré Janta 15h - 16h	Arroz Sobrecoca ensopada Salada: Repolho	Arroz/ Feijão Carne Moida com batatas Salada: Tomate com 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 horario de acordo com sua demanda evitando aglomerações.