



**BERÇÁRIO (4-12 MESES – MARÇO/2024)**

Horário:	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA 01			
<b>Café da manhã</b> 08h00min					Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno			
<b>Almoço</b> 10h00min					Arroz Feijão preto Carne suína Repolho refogado			
<b>Lanche tarde:</b> 13h00min					Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno			
<b>Jantar</b> 15h00min					Arroz Purê de batata Frango em molho Cenoura cozida			
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)	<b>Energia</b>	<b>CHO</b>	<b>PTN</b>	<b>LPD</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	482,16	59 g	15 g	21 g				
		49%	12%	40%	322,89	102,04	71,32	1,97

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  
**ESCOLA DE MODALIDADE INTEGRAL**

<b>Horário:</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA 04</b>	<b>TERÇA-FEIRA 05</b>	<b>QUARTA-FEIRA 06</b>	<b>QUINTA-FEIRA 07</b>	<b>SEXTA-FEIRA 08</b>			
<b>Café da manhã</b> 08h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.  Fórmula infantil ou leite materno	<b>FORMAÇÃO ESCOLAR</b>	<b>FORMAÇÃO ESCOLAR</b>			
<b>Almoço</b> 10h00min	Creme de mandioca Carne moída Cenoura	Arroz Lentilha Frango em molho Couve-flor	Polenta com carne moída Beterraba					
<b>Lanche tarde:</b> 13h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.  Fórmula infantil ou leite materno					
<b>Jantar</b> 15h00min	Arroz Feijão preto Frango ao molho Repolho refogado	Arroz Carne moída Abóbora cozida Brócolis	Sopa de abóbora com frango e legumes					
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)	<b>Energia</b>	<b>CHO</b>	<b>PTN</b>	<b>LPD</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	485,50	76 g  62%	17 g  14%	14 g  27%	376,15	113,32	68,72	2,42

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  
**ESCOLA DE MODALIDADE INTEGRAL**

<b>Horário:</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA 11</b>	<b>TERÇA-FEIRA 12</b>	<b>QUARTA-FEIRA 13</b>	<b>QUINTA-FEIRA 14</b>	<b>SEXTA-FEIRA 15</b>			
<b>Café da manhã</b> 08h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno			
<b>Almoço</b> 10h00min	Polenta com carne moída Brócolis e cenoura	Arroz Lentilha com carne suína Chuchu cozido	Arroz Purê de batata Carne moída Beterraba	Polenta Frango em molho Cenoura cozida	Arroz Feijão carioca Carne moída Cenoura			
<b>Lanche tarde:</b> 13h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.  Fórmula infantil ou leite materno			
<b>Jantar</b> 15h00min	Arroz Lentilha Frango em molho Tomate	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Couve-flor	Sopa de lentilha com frango e legumes	Arroz Feijoada Repolho refogado	Creme de mandioca carne moída Beterraba			
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)	<b>Energia</b>	<b>CHO</b>	<b>PTN</b>	<b>LPD</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	489,49	73 g	16 g	16 g	355,87	111,18	88,63	2,64
		60%	13%	29%				

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  
**ESCOLA DE MODALIDADE INTEGRAL**

<b>Horário:</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA 18</b>	<b>TERÇA-FEIRA 19</b>	<b>QUARTA-FEIRA 20</b>	<b>QUINTA-FEIRA 21</b>	<b>SEXTA-FEIRA 22</b>			
<b>Café da manhã</b> 08h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.  Fórmula infantil ou leite materno			
<b>Almoço</b> 10h00min	Creme de mandioca carne moída Beterraba	Arroz Lentilha Frango Tomate	Sopa de feijão com frango e legumes	Creme de mandioca Carne suína em molho Cenoura	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura Cenoura			
<b>Lanche tarde:</b> 13h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.  Fórmula infantil ou leite materno			
<b>Jantar</b> 15h00min	Arroz Feijão preto Carne suína refogada Repolho refogado	Polenta com carne moída Brócolis	Arroz Ervilha Carne moída Cenoura	Arroz Lentilha Frango em molho Couve-flor	Creme de grão de bico com frango e legumes			
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)	<b>Energia</b>	<b>CHO</b>	<b>PTN</b>	<b>LPD</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	493,26	76 g	17 g	15 g	355,46	115,39	86,92	2,62
		61%	14%	27%				

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE FORMOSO DO SUL – SANTA CATARINA**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**  
**ESCOLA DE MODALIDADE INTEGRAL**

<b>Horário:</b>	<b>SEGUNDA-FEIRA 25</b>	<b>TERÇA-FEIRA 26</b>	<b>QUARTA-FEIRA 27</b>	<b>QUINTA-FEIRA 28</b>	<b>SEXTA-FEIRA 29</b>			
<b>Café da manhã</b> 08h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão.  Fórmula infantil ou leite materno	<b>PARADA PEDAGÓGICA</b>	<b>FERIADO</b>			
<b>Almoço</b> 10h00min	Polenta com omelete de cenoura Brócolis	<b>Arroz</b> <b>Frango em molho</b> Cenoura	<b>Sopa de legumes e frango</b>					
<b>Lanche tarde:</b> 13h00min	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão.  Fórmula infantil ou leite materno	Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão.  Fórmula infantil ou leite materno					
<b>Jantar</b> 15h00min	Arroz Feijão carioca Carne moída Repolho refogado	<b>Arroz</b> <b>Lentilha com carne suína</b> Couve-flor	Polenta com <b>carne moída</b> Cenoura					
<b>Composição nutricional</b> (Média semanal)	<b>Energia</b>	<b>CHO</b>	<b>PTN</b>	<b>LPD</b>	<b>Vit A (mcg)</b>	<b>Vit C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	475	70 g	14 g	17 g	615,02	113,73	93,63	2,22
		59%	12%	31%				

**\*\*Este cardápio está sujeito a alterações, principalmente nas frutas e hortaliças.**

**\*\*\* Os valores nutricionais da fórmula infantil e/ou do aleitamento materno, não estão incluídos nos cálculos nutricionais.**

*Morgana Dalla Líbera*  
**Nutricionista Morgana Dalla Líbera**  
**CRN10- 6436**