



**BERÇÁRIO (4-12 MESES)- SETEMBRO/2024**

| <b>Horário:</b>                                  | <b>SEGUNDA-FEIRA<br/>02</b>  | <b>TERÇA-FEIRA<br/>03</b>  | <b>QUARTA-FEIRA<br/>04</b>   | <b>QUINTA-FEIRA<br/>05</b>   | <b>SEXTA-FEIRA<br/>06</b>  |                   |                |                |
|--|--|--|--|--|--|-------------------|----------------|----------------|
| <b>Café da manhã</b><br>08h00min                 | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno |                   |                |                |
| <b>Almoço</b><br>10h00min                        | Sopa de frango com legumes   | Arroz<br>Lentilha<br>Carne moída<br>Tomate   | Arroz<br>Carne moída<br>Brócolis   | Creme de mandioca<br>Frango<br>Cenoura   | Arroz<br>Feijão preto<br>Carne suína<br>Repolho refogado   |                   |                |                |
| <b>Lanche tarde:</b><br>13h00min                 | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melancia, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno |                   |                |                |
| <b>Jantar</b><br>15h00min                        | Creme de mandioca<br>Carne suína em molho<br>Cenoura   | Arroz papa<br>Ervilha<br>Frango<br>Cenoura   | Arroz<br>Lentilha<br>Frango em molho<br>Beterraba  | Polenta com omelete de cenoura<br>Couve-flor   | Arroz<br>Purê de batata<br>Frango em molho<br>Cenoura cozida   |                   |                |                |
| <b>Composição nutricional</b><br>(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> |
|  | 489,54   | 68 g   | 15 g   | 19 g   | 350,63   | 119,66            | 77,26          | 1,97           |
|  |  | 55%  | 12%  | 35%  |  |                   |                |                |

**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<br/>09</b>  | <b>TERÇA-FEIRA<br/>10</b>  | <b>QUARTA-FEIRA<br/>11</b>   | <b>QUINTA-FEIRA<br/>12</b>   | <b>SEXTA-FEIRA<br/>13</b>  |                   |                |                |
|--|--|--|--|--|--|-------------------|----------------|----------------|
| <b>Café da manhã</b><br>08h00min                 | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno |                   |                |                |
| <b>Almoço</b><br>10h00min                        | Creme de mandioca<br>Carne moída<br>Cenoura  | Arroz<br>Lentilha<br>Frango em molho<br>Couve-flor                                       | Polenta com carne moída<br>Beterraba   | Creme de grão de bico com frango e legumes   | Arroz<br>Feijoada<br>Repolho   |                   |                |                |
| <b>Lanche tarde:</b><br>13h00min                 | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno |                   |                |                |
| <b>Jantar</b><br>15h00min                        | Arroz<br>Feijão preto<br>Frango ao molho<br>Repolho refogado                             | Arroz<br>Carne moída<br>Abóbora cozida<br>Brócolis                                       | Sopa de abóbora com frango e legumes   | Arroz<br>Lentilha<br>Carne moída<br>Tomate   | Creme de mandioca com molho de frango<br>Cenoura   |                   |                |                |
| <b>Composição nutricional</b><br>(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> |
|  | 489,29   | 76 g   | 17 g   | 14 g   | 350,88   | 117,34            | 73,20          | 350,88         |
|  |  | 62%  | 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<br/>16</b>  | <b>TERÇA-FEIRA<br/>17</b>  | <b>QUARTA-FEIRA<br/>18</b>   | <b>QUINTA-FEIRA<br/>19</b>   | <b>SEXTA-FEIRA<br/>20</b>  |                   |                |                |
|--|--|--|--|--|--|-------------------|----------------|----------------|
| <b>Café da manhã</b><br>08h00min                 | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno |                   |                |                |
| <b>Almoço</b><br>10h00min                        | Polenta com carne moída<br>Brócolis e cenoura  | Arroz<br>Lentilha com carne suína<br>Chuchu cozido   | Arroz<br>Purê de batata<br>Carne moída<br>Beterraba  | Polenta<br>Frango em molho<br>Cenoura cozida   | Arroz<br>Feijão carioca<br>Carne moída<br>Cenoura  |                   |                |                |
| <b>Lanche tarde:</b><br>13h00min                 | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno |                   |                |                |
| <b>Jantar</b><br>15h00min                        | Arroz<br>Lentilha<br>Frango em molho<br>Tomate   | Arroz<br>Feijão vermelho<br>Omelete com cenoura<br>Couve-flor                              | Sopa de lentilha com frango e legumes  | Arroz<br>Feijoada<br>Repolho refogado  | Creme de mandioca carne moída<br>Beterraba   |                   |                |                |
| <b>Composição nutricional</b><br>(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<br/>23</b>  | <b>TERÇA-FEIRA<br/>24</b>  | <b>QUARTA-FEIRA<br/>25</b>   | <b>QUINTA-FEIRA<br/>26</b>   | <b>SEXTA-FEIRA<br/>27</b>  |                   |                |                |
|--|--|--|--|--|--|-------------------|----------------|----------------|
| <b>Café da manhã</b><br>08h00min                 | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno |                   |                |                |
| <b>Almoço</b><br>10h00min                        | Creme de mandioca carne moída<br>Beterraba   | Arroz<br>Lentilha<br>Frango<br>Tomate  | Sopa de feijão com frango e legumes  | Creme de mandioca<br>Carne suína em molho<br>Cenoura   | Arroz<br>Feijão vermelho<br>Omelete com cenoura<br>Cenoura   |                   |                |                |
| <b>Lanche tarde:</b><br>13h00min                 | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, morango, melancia.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno |                   |                |                |
| <b>Jantar</b><br>15h00min                        | Arroz<br>Feijão preto<br>Carne suína refogada<br>Repolho refogado                                    | Polenta com carne moída<br>Brócolis  | Arroz<br>Ervilha<br>Carne moída<br>Cenoura   | Arroz<br>Lentilha<br>Frango em molho<br>Couve-flor   | Creme de grão de bico com frango e legumes   |                   |                |                |
| <b>Composição nutricional</b><br>(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<br/>30</b>  | <b>TERÇA-FEIRA</b> | <b>QUARTA-FEIRA</b> | <b>QUINTA-FEIRA</b> | <b>SEXTA-FEIRA</b> |                   |                |                |
|--|--|--------------------|---------------------|---------------------|--------------------|-------------------|----------------|----------------|
| <b>Café da manhã</b><br>08h00min                 | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno |                    |                     |                     |                    |                   |                |                |
| <b>Almoço</b><br>10h00min                        | Polenta com omelete de cenoura<br>Brócolis   |                    |                     |                     |                    |                   |                |                |
| <b>Lanche tarde:</b><br>13h00min                 | Fruta: banana, maçã, manga, pera, mamão, laranja e melão.<br><br>Fórmula infantil ou leite materno |                    |                     |                     |                    |                   |                |                |
| <b>Jantar</b><br>15h00min                        | Arroz<br>Feijão carioca<br>Carne moída<br>Repolho refogado   |                    |                     |                     |                    |                   |                |                |
| <b>Composição nutricional</b><br>(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> |
|  | 503,77   | 68 g               | 17 g                | 20 g                |                    |                   |                |                |
|  |  | 54%                | 13%                 | 35%                 | 271,66             | 132,18            | 168,61         | 3,05           |

**\*\*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**