Cardápio



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

CRECHE (1-3 ANOS) - MAIO/2025

REFEIÇÃO	Segunda-feira 05	Terça-feira 06	Quarta-feira 07	Quinta-feira 08	Sexta-feira 09
Café da manhã 08h15min	Biscoito de polvilho e batata doce Leite aromatizado com cacau s/ açúcar Mamão	Pão com doce de fruta sem açúcar Leite aromatizado com cacau s/ açúcar Melão	Salada de fruta (banana, maçã, laranja, morango)	Bolo de banana e aveia s/ açúcar Leite aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar	Pão com ovo Leite aromatizado com cacau s/ açúcar Banana
Almoço 10h30min	Sopa de agnoline com frango e legumes Pão integral	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho	Carreteiro Alface	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e chuchu	Macarrão com carne moída Alface e beterraba
Lanche da tarde 13h10min	Maçã	Mamão	**Bergamota**	**Caqui**	Pera
Jantar 15h30min	Arroz Lentilha Frango em cubos refogado Alface e cenoura ralada	Polenta carne moída Alface e pepino	Arroz Frango em molho Alface	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho	Sopa de feijão vermelho com frango e legumes Pão integral

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	774,71	114 g 59%	30 g 16%	23 g 27%	3290,98	68,93	157,90	4,03

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

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

REFEIÇÃO	**Segunda-feira 12**	**Terça-feira 13**	**Quarta-feira 14**	**Quinta-feira 15**	**Sexta-feira 16**
Café da manhã 08h15min	Biscoito de polvilho e batata doce Leite aromatizado com cacau s/ açúcar Melão	Esfiha Suco de laranja s/ açúcar Banana	Pão com patê de frango com cenoura Suco de morango s/ açúcar	Batata doce assada Maçã	Salada de fruta (banana, maçã, mamão, laranja e morango)
Almoço 10h30min	Carreteiro Alface e brócolis	Sopa de lentilha com frango e legumes Pão integral	Macarrão com molho de frango Alface	Arroz Feijão carioca Carne de panela (carne de gado, cenoura e batata) Repolho	Arroz Mandioca Frango em molho Alface
Lanche da tarde 13h10min	**Caqui**	**Banana e** kiwi	**Bergamota**	Mamão	Manga
Jantar 15h30min	Arroz Feijão vermelho Omelete com cenoura e queijo Alface com abacaxi	Polenta com carne moída Repolho e tomate	Arroz Lentilha Carne em cubos Alface	Sopa de agnoline com frango e legumes Pão integral	Arroz integral Lentilha com carne de porco Alface com cenoura cozida

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**	**PTN**	**LPD**	**Vit A (mcg)**	**Vit C (mg)**	**Ca (mg)**	**Fe (mg)**
	760,44	116 g	29 g	21 g	3236,52	89,63	128,41	3,84
		61%	15%	26%				

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

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

REFEIÇÃO	**Segunda-feira 19**	**Terça-feira 20**	**Quarta-feira 21**	**Quinta-feira 22**	**Sexta-feira 23**
Café da manhã 08h15min	Salada de fruta (banana, maçã, mamão, laranja e morango)	Pão com ovo Leite aromatizado com cacau s/ açúcar Banana	Esfiha Leite aromatizado com cacau s/ açúcar Laranja	Bolo de maçã s/ açúcar Leite aromatizado com cacau s/ açúcar	Pão com doce de fruta sem açúcar Leite aromatizado com cacau s/ açúcar Mamão
Almoço 10h30min	Sopa de frango com legumes Pão integral	Arroz Lentilha Carne moída Alface e cenoura ralada	Polenta com molho de frango Alface	Galinhada Alface e couve-flor	Arroz Feijão Farofa de carne suína e legumes Repolho
Lanche da tarde 13h10min	**Bergamota**	Maçã	**Mamão**	Laranja	Pera
Jantar 15h30min	Arroz integral Feijoada Farofa de legumes Repolho	Carreteiro Alface e brócolis	Arroz Batata doce Carne moída Alface	Arroz Farofa de lentilha Frango em molho Alface e chuchu	Creme de grão de bico com frango e legumes Pão integral

Composição nutricional (Média semanal)	**Energia (Kcal)**	**CHO**	**PTN**	**LPD**	**Vit A (mcg)**	**Vit C (mg)**	**Ca (mg)**	**Fe (mg)**
	773,67	115 g	32 g	22 g	1439,23	88,13	167,95	3,77
		59%	16%	26%				

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

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

REFEIÇÃO	Segunda-feira 26	Terça-feira 27	Quarta-feira 28	Quinta-feira 29	Sexta-feira 30
Café da manhã 08h15min	Esfiha Leite aromatizado com ervas e cacau s/ açúcar Maçã	Batata doce cozida Mamão	Bolo de cenoura s/ açúcar Leite aromatizado com cacau s/ açúcar	Salada de fruta (banana, maçã, mamão, laranja e morango)	Pão com patê de frango e cenoura Suco de laranja s/ açúcar
Almoço 10h30min	Polenta com molho de frango Alface e pepino	Sopa de feijão vermelho com frango e legumes Pão integral	Carreteiro Alface	Lasanha de arroz Alface	Arroz Feijão preto Carne em cubos Alface
Lanche da tarde 13h10min	Maçã	**Banana**	**Caqui**	**Melão**	**Bergamota**
Jantar 15h30min	Arroz Lentilha Carne em cubos Alface	Arroz Mandioca Carne moída suína Alface	Arroz Purê de batata Frango em molho Alface	Sopa de frango com legumes Pão integral	Macarrão com molho de frango Alface

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO	PTN	LPD	Vit A (mcg)	Vit C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	740,10	111 g	30 g	21 g	1086,10	71,26	193,61	3,32
		59%	16%	26%				

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

Morgana Dalla Líbera

Nutricionista Morgana Dalla Líbera
CRN10- 6436