

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS
COQUEIROS/SP PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO
ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – EMEI “JOÃO E MARIA” (PRÉ-ESCOLA)- MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL)- FAIXA ETÁRIA: 4 A 5 ANOS**

Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

OUTUBRO/2024

Out/24 1ª Semana	2ª FEIRA 30/09	3ª FEIRA 01/10	4ª FEIRA 02/10	5ª FEIRA 03/10	6ª FEIRA 04/10
Desjejum	Leite com cacau 100% + Biscoito de polvilho	Leite com cacau 100% + Bolacha de maisena + Maçã	Leite com cacau 100% + Bolo Simples	Leite com cacau 100% + Biscoito de polvilho + Banana	Leite com cacau 100% + Pão de queijo
Almoço	Arroz + Feijão + Cubos de frango + Cenoura refogada + Salada de beterraba	Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Brócolis cozido + Salada de tomate	Arroz + Feijão + Carne moída + Mandioquinha + Salada de repolho	Arroz + Feijão + Pernil em cubos + Chuchu cozido + Salada de pepino com tomate	Arroz + Feijão + Frango com milho + Salada de alface
Fruta/Suco	Tangerina	Manga	Suco natural de laranja	Abacaxi	Melancia
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		649,6	81g / 104,6g 55% / 56,5%	27,1g / 28,9g 15% / 19,9%	17,9g / 21,9g 27,3% / 27,7%

Os gêneros alimentícios que compõe os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida.As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.

Thais Guraldelli Duarte
NUTRICIONISTA
CRN 84822



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – EMEI “JOÃO E MARIA” (PRÉ-ESCOLA)- MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO:PARCIAL
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL)- FAIXA ETÁRIA: 4 A 5 ANOS**

Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

OUTUBRO/2024

Out/24 2ª Semana	2ª FEIRA 07/10	3ª FEIRA 08/10	4ª FEIRA 09/10	5ªFEIRA 10/10	6ª FEIRA 11/10
Desjejum	Leite com cacau 100% + Bolacha de maisena	Leite com cacau 100% + Biscoito de polvilho + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo simples de Cacau	Leite com cacau 100% + Biscoito de polvilho + Maçã	Leite com cacau 100% + Pão de queijo
Almoço	Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Cabotia + Salada de repolho	Arroz + Feijão + Frango em cubos + Purê de batata + Salada com tomate	Pão com carne moída	Arroz + Feijão + Frango assado + Creme de milho + Salada de alface	Lanche na praça
Fruta/Suco	Maçã	Abacaxi	Suco	Pera	
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET	
		657,2	92g / 115,7	26,7g / 33,6g	12,6g / 20,8g
		55% / 62,4%	15% / 19,1%	19,5 % / 31,3%	

Os gêneros alimentícios que compõe os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida.As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.

Thais Guraldelli Duarte
NUTRICIONISTA
CRN 84822



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – EMEI “JOÃO E MARIA” (PRÉ-ESCOLA)- MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) FAIXA ETÁRIA: 4 A 5 ANOS**

Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

OUTUBRO/2024

Out/24 3ª Semana	2ª FEIRA 14/10	3ª FEIRA 15/10	4ª FEIRA 16/10	5ª FEIRA 17/10	6ª FEIRA 18/10
Desjejum	Leite com cacau 100% + Bolacha de maisena	Leite com cacau 100% + Biscoito de polvilho + Maçã	Leite com cacau 100% + Bolo de simples de Cacau	Leite com cacau 100% + Biscoito de polvilho + Banana	Leite com cacau 100% + Pão de queijo
Almoço	Arroz + Feijão + Carne moída + Cenoura e vagem + Salada de alface	Arroz + Feijão + Pernil em cubos refogado + Mandioquinha + Salada de beterraba	Arroz + Feijão + Frango + Farofa de couve + Salada chuchu com ovo	Arroz + Feijão + Patinho em tiras + Mandioca cozida + Salada de repolho com tomate	Arroz + Feijão + Strogonoff de frango + Batata inglesa assada + Salada de Alface
Fruta/Suco	Mamão	Maçã	Melancia	Suco de maracujá natural	Pera
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		670	81g / 115,7g	27,1g / 33,6g	17,9g / 21,9g
			55% / 60%	15% / 19%	22% / 27,7%

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida.

As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.

Thais Guiraldelli Duarte
NUTRICIONISTA
CRN 84822



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – EMEI “JOÃO E MARIA” (PRÉ-ESCOLA) MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) FAIXA ETÁRIA: 4 A 5 ANOS**

Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

OUTUBRO/2024

Out/24 4ª Semana	2ª FEIRA 21/10	3ª FEIRA 22/10	4ª FEIRA 23/10	5ª FEIRA 24/10	6ª FEIRA 25/10
Desjejum	Leite com cacau 100% + Biscoito de maisena	Leite com cacau 100% + Biscoito de polvilho + Maçã	Leite com cacau 100% + Bolo de cenoura	Leite com cacau 100% + Biscoito de polvilho + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo Simples
Almoço	Arroz + Feijão + Carne moída + Macarrão ao molho vermelho + Salada de repolho	Arroz + Feijão + Frango ao molho + Brócolis cozido + Salada de tomate	Arroz + Feijão + Pernil em cubos refogado + Cenoura refogada + Salada de acelga	Arroz + Feijão + Strogonoff de carne + Batata assada + Salada de alface	Arroz + Feijão + Frango em cubos refogado + Cabotia + Salada de couve
Fruta/Suco	Banana	Manga Palmer	Banana	Goiaba	Suco de maçã com laranja
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		657,2	92g / 115,7g 52,8% / 62,4%	26,7g / 33,6g 15% / 19,1%	12,6g / 20,8g 19,5% / 31,3%

Os gêneros alimentícios que compõe os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida.

As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.

Thais Guiraldelli Duarte
NUTRICIONISTA
CRN 84822



**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CÁSSIA DOS COQUEIROS/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**

**CARDÁPIO – EMEI “JOÃO E MARIA” (PRÉ-ESCOLA) MODALIDADE DE ENSINO: BÁSICA/REGULAR - PERÍODO: PARCIAL
UNIDADE ESCOLAR DA ZONA URBANA (ATENDE ALUNOS DA ZONA URBANA E ZONA RURAL) FAIXA ETÁRIA: 4 A 5 ANOS**

Necessidades alimentares especiais: serão atendidas de acordo com os protocolos de dietas especiais com adaptações deste cardápio.

OUTUBRO/2024

Out/24 5ª Semana	2ª FEIRA 28/10	3ª FEIRA 29/10	4ª FEIRA 30/10	5ª FEIRA 31/10	6ª FEIRA 01/11
Desjejum		Leite com cacau 100% + Biscoito de polvilho + Maçã	Leite com cacau 100% + Bolo de cenoura	Leite com cacau 100% + Biscoito de polvilho + Banana	Leite com cacau 100% + Bolo Simples
Almoço	FERIADO	Arroz + Feijão + Frango ao molho + Batata doce assada + Salada de repolho	Arroz + Feijoada light + Couve refogada + Vinagrete	Arroz + Feijão + Patinho em cubos + Chuchu refogado + Salada de alface	Arroz + Feijão + Hamburguer caseiro + Batata cozida+ Salada de Tomate
Fruta/Suco		Manga Palmer	Banana	Melancia	Suco
Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	55% a 65% do VET
					10% a 15% do VET
					15% a 30% do VET
	657,2	92g / 115,7g	26,7g / 33,6g	12,6g / 20,8g	
		52,8% / 62,4%	15% / 19,1%	19,5 % / 31,3%	

Os gêneros alimentícios que compõe os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida.

As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista RT, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.

Thais Guiraldelli Duarte
NUTRICIONISTA
CRN 84822

