

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BALNEÁRIO CAMBORIÚ - SC / PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO CRECHE - ZONA URBANA
EDUCAÇÃO INFANTIL 6- 11 MESES PERÍODO INTEGRAL
AGOSTO-DEZEMBRO 2023



LANCHE DA MANHÃ I (8H) SEMANA 1 E 3

SEGUNDA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

TERÇA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

QUARTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

QUINTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

SEXTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

LANCHE DA MANHÃ II (9:30H) SEMANA 1 E 3

SEGUNDA-FEIRA

Maçã raspada

TERÇA-FEIRA

Banana amassada

QUARTA-FEIRA

Laranja em rodela / sem sementes

QUINTA-FEIRA

Mamão amassado

SEXTA-FEIRA

Fruta de época

ALMOÇO (11H) SEMANA 1 E 3

SEGUNDA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz (arroz), Feijão carioca (feijão,
temperos, óleo e sal),

TERÇA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz (arroz), Lentilha (lentilha,
temperos, sal e óleo), Carne moída
cozida (carne e temperos)

QUARTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz (arroz), Abóbora cabotiá
amassada (abóbora), Frango cozido
(sassami, temperos e sal)

QUINTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Batata doce cozida (batata doce),
Feijão preto
(feijão, temperos, óleo, sal)

SEXTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Polenta cremosa (fubá e sal)
Sobrecoca cozida (frango e
temperos)

LANCHE DA TARDE I (14H) SEMANA 1 E 3

Isclas cozidas (carne e temperos)

SEGUNDA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

TERÇA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

QUARTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

QUINTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

SEXTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

LANCHE DA TARDE II (15:30H) SEMANA 1 E 3

SEGUNDA-FEIRA

Laranja em rodela / sem sementes

TERÇA-FEIRA

Fruta de época

QUARTA-FEIRA

Mamão amassado

QUINTA-FEIRA

Maçã assada amassada

SEXTA-FEIRA

Banana amassada com canela

JANTAR (17H) SEMANA 1 E 3

SEGUNDA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz (arroz), Lentilha (lentilha,
temperos, óleo e sal), Peixe cozido
(filé de tilápia, temperos e limão)

TERÇA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Batata cozida (batata inglesa),
Frango cozido desfiado com molho
de tomate (sassami, temperos,
tomate, sal)

QUARTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz integral (arroz integral), Feijão
preto (feijão, temperos, óleo e sal), Isclas
cozidas (carne e temperos)

QUINTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Macarrão cozido (macarrão integral),
sobrecoca cozida desfiada (frango,
tempero, sal)

SEXTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz (arroz), Feijão carioca (feijão,
temperos, óleo e sal), Carne moída
cozida (carne e temperos)

**COMPOSIÇÃO
NUTRICIONAL**
(Média Semanal)

**ENERGIA
(Kcal)**
467

CHO (g)
55% a 65% do VET
67g (57%)

PTN (g)
10% a 15% do VET
17 g (15 %)

LPD (g)
25% a 30% do VET
14 g (28%)

Ca (mg)
351

Fe (mg)
6,3

Vit. C (mg)
70

Vit. A (mcg)
453

CONSISTÊNCIA PARA OFERECIMENTO DE TODOS OS ALIMENTOS:

7-8 MESES: ALIMENTOS BEM COZIDOS, AMASSADOS COM GARFO, RASPADOS, DESFIADOS OU BEM PICADOS;

9-11 MESES: ALIMENTOS SOLIDO MACIO PICADOS.

TODOS OS ALIMENTOS DEVERÃO SER SERVIDOS AO ALUNO, E DE FORMA SEPARADA NO PRATO.

*** CONFORME RESOLUÇÃO DO FNDE Nº06 DE 2020, NÃO É PERMITIDO A OFERTA DE AÇÚCAR, CAFÉ E ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PARA ALUNOS COM ATÉ 03 ANOS DE IDADE. ALTERAÇÕES NO CARDÁPIO DEVERÃO SER COMUNICADAS AO SETOR DE NUTRIÇÃO COM 24H DE ANTECEDÊNCIA, CONFORME LEI Nº3.896 DE 2016.**



Jeniffer D de Souza
Jeniffer Diniz de Souza
Nutricionista
CRN 10: 3157

Luciana Segato
Luciana Segato
Nutricionista
CRN 10:0711

Anny Carolina de Bassi
Anny Carolina de Bassi
Nutricionista
CRN 10:8729P

Sheila Demétrio Reis
Sheila Demétrio Reis
Nutricionista
CRN 10: 4381

CARDÁPIO CRECHE - ZONA URBANA
EDUCAÇÃO INFANTIL (6 - 11 MESES) PERÍODO INTEGRAL
AGOSTO-DEZEMBRO 2023

LANCHE DA MANHÃ I (8H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

TERÇA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

QUARTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

QUINTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

SEXTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

LANCHE DA MANHÃ II (9:30H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Maçã raspada

TERÇA-FEIRA

Banana amassada

QUARTA-FEIRA

Laranja em rodela / sem sementes

QUINTA-FEIRA

Mamão amassado

SEXTA-FEIRA

Fruta de época

ALMOÇO (11H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz (arroz), Feijão preto (feijão,
temperos, óleo, sal), Peixe cozido (filé
de tilápia, temperos e limão)

TERÇA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Macarrão cozido (macarrão integral),
Carne moída cozida
(carne e temperos)

QUARTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz (arroz), Lentilha (lentilha,
temperos, sal e óleo), Sobrecoxa
cozida desfiada(frango e temperos

QUINTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Batata inglesa cozida,, Iscas cozidas
desfiadas com molho de tomate
(carne, temperos, tomate)

SEXTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz integral (arroz), Feijão carioca
(feijão, temperos, óleo e sal),
Sobrecoxa cozida desfiada (frango e
temperos)

LANCHE DA TARDE I (14H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

TERÇA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

QUARTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

QUINTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

SEXTA-FEIRA

Leite Materno ou
Fórmula Infantil de seguimento

LANCHE DA TARDE II (15:30H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Laranja em rodela / sem sementes

TERÇA-FEIRA

Fruta de época

QUARTA-FEIRA

Mamão amassado

QUINTA-FEIRA

Maçã assada amassada

SEXTA-FEIRA

Banana amassada com canela

JANTAR (17H) SEMANA 2 E 4

SEGUNDA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz (arroz), Lentilha (lentilha,
temperos, óleo e sal), Ovo cozido
picado (ovo de galinha)

TERÇA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Batata doce cozida (batata doce), Feijão
preto (temperos, óleo e sal), Sobrecoxa
cozida desfiada (frango e temperos)

QUARTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Polenta cremosa (fubá, sal).
Isclas cozidas (carne e temperos)

QUINTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz (arroz), Feijão carioca
(feijão, temperos, óleo, sal)
Frango cozido desfiado (salsami e
temperos)

SEXTA-FEIRA

Legumes/Verduras (2 variedades)
Arroz (arroz), Abóbora cabotiá
cozida amassada (cabotiá)
Carne moída cozida
(carne e temperos, sal)

COMPOSIÇÃO
NUTRICIONAL
(Média Semanal)

ENERGIA
(Kcal)
477

CHO (g)
55% a 65% do VET
67g (56%)

PTN (g)
10% a 15% do VET
18 g (15%)

LPD (g)
25% a 30% do VET
15 g (28%)

Ca (mg)
354

Fe (mg)
6,5

Vit. C (mg)
68

Vit. A (mcg)
351

CONSISTÊNCIA PARA OFERECIMENTO DE TODOS OS ALIMENTOS:

7-8 MESES: ALIMENTOS BEM COZIDOS, AMASSADOS COM GARFO, RASPADOS, DESFIADOS OU BEM PICADOS;

9-11 MESES: ALIMENTOS SOLIDO MACIO PICADOS.

TODOS OS ALIMENTOS DEVERÃO SER SERVIDOS AO ALUNO, E DE FORMA SEPARADA NO PRATO.

* CONFORME RESOLUÇÃO DO FNDE Nº06 DE 2020, NÃO É PERMITIDO A OFERTA DE AÇÚCAR, CAFÉ E ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS PARA ALUNOS COM ATÉ 03 ANOS DE IDADE.
ALTERAÇÕES NO CARDÁPIO DEVERÃO SER COMUNICADAS AO SETOR DE NUTRIÇÃO COM 24H DE ANTECEDÊNCIA, CONFORME LEI Nº3.896 DE 2016.

