

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE – MIRELE MICHELE

CARDÁPIO - CRECHE - FAIXA ETÁRIA 01-03 ANOS - PERÍODO INTEGRAL 70%

Necessidades Alimentares Especiais: INTOLERÂNCIA A LACTOSE

NOVEMBRO/2025

| | SEGUNDA-FEIRA | TERÇA-FEIRA | QUARTA-FEIRA | QUINTA-FEIRA | SEXTA-FEIRA |
|-------------------------------|---|--|--|---|---|
| CAFÉ DA MANHÃ 07:00 | 24-11-2025 -PÃO COM MANTEIGA -LEITE COM CACAU | 25-11-2025 -BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -LEITE COM CACAU | 26-11-2025 -BOLO DE CENOURA -LEITE COM CACAU | 27-11-2025 -BOLO DE CACAU COM UVA PASSA -LEITE COM CACAU | 28-11-2025 -BISCOITO -LEITE COM CACAU |
| MERENDA MANHÃ 09:00 | -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FAROFÁ DE CARNE SUÍNA SALADA CRUA TEMPERADA COM SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA | -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -QUIBE ASSADO SALADA CRUA TEMPERADA COM SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA | -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -COXINHA DA ASA DE FRANGO ASSADA SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO | -MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA | -ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FRANGO EM MOLHO COM CENOURA, MILHO E POLPA DE TOMATE -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA |
| MAMADEIRA 11:00 | LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO LEITE ZERO LACTOSE (NAE) | LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO LEITE ZERO LACTOSE (NAE) | LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO LEITE ZERO LACTOSE (NAE) | LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO LEITE ZERO LACTOSE (NAE) | LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO LEITE ZERO LACTOSE (NAE) |
| CAFÉ DA TARDE 13:00 | FRUTA IN NATURA | FRUTA IN NATURA | FRUTA IN NATURA | FRUTA IN NATURA | FRUTA IN NATURA |

| | | | | | | | | | | | | | |
|---|---|------------------------------------|------------------------------------|--|----------------------------------|--|----------------|-------------------------|-------------------------|-------------------------|---------------------|------------|------------|
| MERENDA TARDE 15:20 | -ARROZ BRANCO COZIDO | -ARROZ BRANCO COZIDO | -ARROZ BRANCO COZIDO | -ARROZ BRANCO COZIDO | -ARROZ BRANCO COZIDO | -MACARRÃO COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA | | | | | | | |
| | -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO | -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO | -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO | -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO | -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO | -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE | | | | | | | |
| | -FRANGO EM MOLHO COM CENOURA, MILHO E POLPA DE TOMATE | -FAROFA DE CARNE SUÍNA | -QUIBE ASSADO | -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE | -COXINHA DA ASA DE FRANGO ASSADA | -FRUTA | | | | | | | |
| | -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE | -FRUTA | -FRUTA | -FRUTA | -SUCO | | | | | | | | |
| | -FRUTA | | | | | | | | | | | | |
| CAFÉ DA TARDE 17:00 | -PÃO COM MANTEIGA | -BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE | -BOLO DE CENOURA | -BOLO DE CENOURA | -BOLO DE CACAU COM UVA PASSA | -BISCOITO | | | | | | | |
| | -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA | -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA | -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA | -FRUTA | -LEITE COM CACAU | -LEITE COM CACAU | | | | | | | |
| Composição nutricional (Média semanal) | Energia (Kcal) | CHO (g) | PTN (g) | LPD (g) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | | | | | | |
| | | | | | | | | 55% a 65% do VET | 10% a 15% do VET | 15% a 30% do VET | Vit. A (mcg) | 350 | 2,1 |
| | | | | | | | | 115g | 27g | 24g | 147 | 350 | 2,1 |
| | | | | | | | | 65% % | 15% | 30% | | | |
| 706 Kcal | | | | | | | | | | | | | |
| 9,1 | | | | | | | | | | | | | |
| 147 | | | | | | | | | | | | | |
| 350 | | | | | | | | | | | | | |
| 2,1 | | | | | | | | | | | | | |
| NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA, CRN:32296. | | | | | | | | | | | | | |