

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE GUZOLÂNDIA PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE – ANA MARIA TIM CEZARO

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

Necessidades Alimentares Especiais: *INTOLERÂNCIA A LACTOSE*

NOVEMBRO/2025

|                               | SEGUNDA-FEIRA<br>03-11-2025   | TERÇA-FEIRA<br>04-11-2025   | QUARTA-FEIRA<br>05-11-2025   | QUINTA-FEIRA<br>06-11-2025  | SEXTA-FEIRA<br>07-11-2025   |
|-------------------------------|---|---|--|---|---|
| <b>CAFÉ DA MANHÃ</b><br>07:00 | PÃO COM MANTEIGA<br>-LEITE INTEGRAL COM CACAU<br>LEITE ZERO LACTOSE (NAE)   | BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE<br>-LEITE INTEGRAL COM CACAU<br>LEITE ZERO LACTOSE (NAE)   | BOLO DE CENOURA<br>-LEITE INTEGRAL COM CACAU<br>LEITE ZERO LACTOSE (NAE)   | -BOLO DE CACAU COM UVA PASSA<br>- LEITE INTEGRAL COM CACAU<br>LEITE ZERO LACTOSE (NAE)  | -BISCOITO DE POLVILHO<br>- LEITE INTEGRAL COM CACAU<br>LEITE ZERO LACTOSE (NAE)   |
| <b>MERENDA MANHÃ</b><br>09:00 | - ARROZ BRANCO COZIDO<br>-FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO  | -ARROZ BRANCO COZIDO<br>-FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO   | -ARROZ BRANCO COZIDO<br>-FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO  | - ARROZ BRANCO COZIDO<br>-FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO  | -SOPA: MACARRÃO, MOLHO DE FRANGO, CENOURA, BATATA, MANDIOCA, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE E MOLHO BRANCO<br><br>-FRUTA     |
|                               | -NHOQUE COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE E QUEIJO MUSSARELA   | -CARNE BOVINA EM CUBOS COZIDA COM POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE.   | -FILÉ DE FRANGO COZIDO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE E MOLHO BRANCO   | -MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE E MILHO.   |   |
|                               | -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE  | - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE   | - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE  | - SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE   |   |
|                               | -FRUTA  | -FRUTA  | -SUCO  | -FRUTA  |   |
| <b>MAMADEIRA</b><br>11:00     | LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO<br>LEITE ZERO LACTOSE (NAE)   | LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO<br>LEITE ZERO LACTOSE (NAE)   | LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO<br>LEITE ZERO LACTOSE (NAE)  | LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO<br>LEITE ZERO LACTOSE (NAE)   | LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO<br>LEITE ZERO LACTOSE (NAE)   |
| <b>CAFÉ DA TARDE</b><br>13:00 | FRUTA IN NATURA   | FRUTA IN NATURA   | FRUTA IN NATURA  | FRUTA IN NATURA   | FRUTA IN NATURA   |
| <b>MERENDA TARDE</b><br>15:20 | -SOPA: MACARRÃO, MOLHO DE FRANGO, CENOURA, BATATA, MANDIOCA, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE E MOLHO BRANCO<br><br>-FRUTA | - ARROZ BRANCO COZIDO<br>-FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO<br><br>-NHOQUE COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE E QUEIJO MUSSARELA | -ARROZ BRANCO COZIDO<br>-FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO<br><br>-CARNE BOVINA EM CUBOS COZIDA COM POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE. | -ARROZ BRANCO COZIDO<br>-FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO<br><br>-FILÉ DE FRANGO COZIDO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE E MOLHO BRANCO | - ARROZ BRANCO COZIDO<br>-FEIJOÃO CARIOQUINHA COZIDO<br><br>-MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE E MILHO. |

|   | -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE                  | -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE       | -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE                   | -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE            | -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE |
|---|---|--|--|---|--|
|   | -FRUTA  | -SUCO  | -FRUTA   | -FRUTA  | -FRUTA   |
| <b>CAFÉ DA TARDE 17:00</b>                    | -BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE<br>-FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA | -BOLO DE CENOURA<br>-FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA | -BOLO DE CACAU COM UVA PASSA<br>-FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA | -BISCOITO DE POLVILHO<br>-FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA |  |
| <b>Composição nutricional (Média semanal)</b> | <b>Energia (Kcal)</b>   | <b>CHO (g)</b>   | <b>PTN (g)</b>   | <b>LPD (g)</b>  | <b>Vit. A (mcg)</b>                              |
|   | 706 Kcal  | 55% a 65% do VET                                       | 10% a 15% do VET   | 15% a 30% do VET  | <b>Vit. C (mg)</b>                               |
|   |   | 115g<br>65%/%  | 27g<br>15%   | 24g<br>30%  | 147  |
|   |   |  |  |   | <b>Ca (mg)</b>                                   |
|   |   |  |  |   | 350  |
|   |   |  |  |   | <b>Fe (mg)</b>                                   |
|   |   |  |  |   | 2,1  |

**NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA, CRN:32296.**

Documento assinado digitalmente



**NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA**

Data: 30/10/2025 11:55:01-0300

Verifique em <https://validar.iti.gov.br>