

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	-PÃO COM MANTEIGA -LEITE COM CACAU	-BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -LEITE COM CACAU	-BOLO DE CENOURA -LEITE COM CACAU	-BOLO DE CACAU COM UVA PASSA -LEITE COM CACAU	-BISCOITO DE POLVILHO -LEITE COM CACAU
MERENDA MANHÃ 09:00	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -NHOQUE COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE E QUEIJO MUSSARELA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA EM CUBOS COZIDA COM POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE. -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FILÉ DE FRANGO COZIDO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE E MOLHO BRANCO -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO - MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE E MILHO. -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-SOPA: MACARRÃO, MOLHO DE FRANGO, CENOURA, BATATA, MANDIOCA, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE E MOLHO BRANCO -FRUTA
MAMADEIRA 11:00	LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO LEITE ZERO LACTOSE (NAE) FRUTA IN NATURA	LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO LEITE ZERO LACTOSE (NAE) FRUTA IN NATURA	LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO LEITE ZERO LACTOSE (NAE) FRUTA IN NATURA	LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO LEITE ZERO LACTOSE (NAE) FRUTA IN NATURA	LEITE INTEGRAL PASTEURIZADO LEITE ZERO LACTOSE (NAE) FRUTA IN NATURA
CAFÉ DA TARDE 13:00	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA	FRUTA IN NATURA

MEREENDA TARDE 15:20	-SOPA: MACARRÃO, MOLHO DE FRANGO, CENOURA, BATATA, MANDIOCA, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE E MOLHO BRANCO -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -NHOQUE COM MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, POLPA DE TOMATE E QUEIJO MUSSARELA -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -CARNE BOVINA EM CUBOS COZIDA COM POLPA DE TOMATE E CHEIRO VERDE. -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -SUCO	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -FILÉ DE FRANGO COZIDO COM CENOURA, POLPA DE TOMATE E MOLHO BRANCO -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA	-ARROZ BRANCO COZIDO -FEIJÃO CARIOQUINHA COZIDO -MOLHO DE CARNE BOVINA MOÍDA, CENOURA, POLPA DE TOMATE E MILHO. -SALADA CRUA TEMPERADA COM AZEITE, SAL E VINAGRE -FRUTA
CAFÉ DA TARDE 17:00	-PÃO COM MANTEIGA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE FUBÁ COM ERVA DOCE -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE CENOURA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BOLO DE CACAU COM UVA PASSA -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA	-BISCOITO DE POLVILHO -FRAPÊ DE LEITE COM POLPA DE FRUTA
Composição nutricional (Média semanal)					
Energia (Kcal)		PTN (g)		Vit. A (mcg)	
706 Kcal		10% a 15% do VET		147	
115g		CHO (g)		Vit. C (mg)	
65% ⁰ %		55% a 65% do VET		9,1	
27g		LPD (g)		Ca (mg)	
15%		15% a 30% do VET		350	
24g		30%		Fe (mg)	
30%				2,1	
NUTRICIONISTA: NAYARA ELLEN SUDÁRIO DA SILVA, CRN:32296.					