



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LAGOÃO/RS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE



CARDÁPIO – CRECHE

ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA: 2 a 3 anos

PERÍODO PARCIAL

JULHO/2023

03 - SEGUNDA

Batida de Chocolate 50% e banana

Arroz branco, carne de frango com cenoura, brócolis e couve flor picadinhos

04 - TERÇA

Laranja picada em pedaços pequenos OU Maçã picada

Arroz com feijão e ovo mexido com farinha de milho

05 - QUARTA

Suco de Morango, Banana picada em rodela

Massa com Frango e molho (extrato de tomate, alho e cebola)

06 - QUINTA

Suco de laranja e cenoura

Chips de Batata doce assada (rodela), ovo mexido e arroz branco cozido

07 - SEXTA

Vitamina de Banana

Arroz com galinha e salada de couve flor ou brócolis ou repolho

Média Semanal	Energia	PTN	LIP	CHO	Calcio	Ferro	Vit.A	Vt.C
	302,96kcal	11g	9g	47g	110,53	1,05	212,74	21,56

10 - SEGUNDA

Leite com chocolate 50%

Massa com molho de extrato de tomate, frango desfiado e salada

11 - TERÇA

Vitamina de Banana e Aveia

Arroz com feijão e salada de tomate e repolho

12 - QUARTA

Suco de Uva diluído na água

Pãozinho de moranga e carne moída

13 - QUINTA

Leite

Suco de Laranja do céu, bolacha e banana ou maçã

14 - SEXTA

Leite

Massa com molho caseiro de frango desfiado e salada

Média Semanal	Energia	PTN	LIP	CHO	Calcio	Ferro	Vit.A	Vt.C
	303,25kcal	10g	8g	50g	114,35	0,9	81,83	190,78

17 - SEGUNDA

Leite com chocolate 50%

Arroz com feijão e salada

18 - TERÇA

Suco de Morango

Arroz com galinha

19 - QUARTA

Leite

Sopa de legumes e massa

20 - QUINTA

Leite com chocolate 50%

Arroz branco cozido, frango cozido com (batata doce, cenoura, brócolis) e salada

Média Semanal	Energia	PTN	LIP	CHO	Calcio	Ferro	Vit.A	Vt.C
	303,17kcal	11g	11g	42g	115,77	0,8	63	170,71

**Legenda: PTN: proteína; LIP: lipídio; CHO: carboidrato; Ca: Cálcio; Fe: Ferro; Vit.: vitamina*

Av. Manoel de Oliveira Brito, nº 800, Centro - Cep: 99.340-000

Nutricionista Responsável Técnica Luiza Rizzi CRN² 10938 | Nutricionista Quadro Técnico Emmanuely Nunes Vieira CRN² 15301D