



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

AGOSTO/2023

01 - TERÇA

Leite
Sopa de lentilha (lentilha cenoura, batata e massa)

02 - QUARTA

Batida de morango e leite
Massa parafuso com frango desfiado e molho de tomate caseiro e maçã picada

03 - QUINTA

Suco de uva diluído
Bolo salgado de legumes e banana ou maçã

04 - SEXTA

Vitamina de Banana
Arroz com galinha e cenoura

Média Semanal	Energia	PTN	LIP	CHO	Calcio	Ferro	Vit.A	Vt.C
	303,95kcal	10g	10g	45g	88,21mg	1,08mg	143,43µg	6,85mg

07 - SEGUNDA

Vitamina de Leite e morango
Pizza de frango e banana

08 - TERÇA

Vitamina de Leite, Banana e Aveia
Arroz com feijão e tomate picadinho

09 - QUARTA

Suco de Uva diluído na água
Sopa de legumes (couve flor, brócolis, cenoura, batata e beterraba, massa)

10 - QUINTA

Banana
Bolo de milho, leite com chocolate 50%

11 - SEXTA

Leite
Arroz com Galinha, brócolis e couve flor

Média Semanal	Energia	PTN	LIP	CHO	Calcio	Ferro	Vit.A	Vt.C
	304,16kcal	9g	11g	48g	101,09mg	0,78mg	109,14µg	17,22mg

14 - SEGUNDA

Leite
Arroz com feijão e ovo mexido ou no arroz

15 - TERÇA

Suco de Morango
Arroz com galinha bem desfiada e molho caseiro

16 - QUARTA

Leite
Sopa de legumes e massa

17 - QUINTA

Leite com chocolate 50%
Pão de moranga e carne moída

18 - SEXTA

Leite
Arroz com Galinha e salada

Média Semanal	Energia	PTN	LIP	CHO	Calcio	Ferro	Vit.A	Vt.C
	305,14kcal	12g	10g	40g	112,40mg	1,14mg	93,50µg	5,91mg

**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



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

**21 - SEGUNDA**

Leite

Massa com Carne Moída e molho (extrato de tomate, alho e cebola) e beterraba

22 - TERÇA

Vitamina de banana

Sopa de frango e legumes

23 - QUARTA

Leite

Arroz com feijão e ovo mexido ou no arroz

24 - QUINTA

Leite com chocolate 50%

Mandioca, Molho com Frango, Brócolis cozido

25 - SEXTA

Leite

Arroz de leite e maçã

Média Semanal	Energia	PTN	LIP	CHO	Calcio	Ferro	Vit.A	Vt.C
	305,43kcal	11g	8g	48g	150,91mg	1,39mg	102,81 µg	7,14mg

28 - SEGUNDA

Leite

Sopa de legumes (couve flor, brócolis, cenoura, batata e beterraba, massa)

29 - TERÇA

Leite

Pizza de frango e suco de morango

30 - QUARTA

Vitamina de leite, morango e aveia

Massa com feijão e salada

31 - QUINTA

Leite com chocolate 50%

Arroz com feijão e ovo mexido ou no arroz

Média Semanal	Energia	PTN	LIP	CHO	Calcio	Ferro	Vit.A	Vt.C
	304,87kcal	9,5g	11g	46g	132,72mg	0,95mg	93,10 µg	4,43mg

Observações: crianças matriculadas na creche de 1 ano possuem baixa aceitabilidade de pães, bolos e outros que são feitos com farinha. Então, o cardápio da 2 a 3 anos possui opções com bolos, pizza caseira, pães, etc. Caso para a merendeira ficar mais viável fazer apenas o que está no cardápio de 1 a 2 anos, pode fazer. O que muda é a forma de oferecer pra a criança de 1 ano, para evitar engasgamento ou afogamento, ou seja, pedaços menores, amassado, picado bem ou pouco na colher na hora de comer.

**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