



PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
Nº 3 – CARDÁPIO BERÇÁRIO – CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL – 8 a 11 MESES – MARÇO / 2024

1ª. SEMANA

| | | | | | |
|----------------------|--|--|--|--|--|
| | 01/04/ | 02/04 | 03/04 | 04/04 | Sexta – 05/04 |
| Desjejum – 08 horas | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| Colação - 09:30 hs | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * |
| Almoço – 10:45 horas | Arroz cozido Feijão cozido Omelete | Polenta com carne ao molho / Salada | Arroz cozido / Feijão / Carne ao molho desfiada com batatinha / Salada | Sopa nutritiva | Galinhada |
| Lanche - 14 horas | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| Merenda - 15:00 hs | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * |
| Jantar – 16:30 horas | Arroz cozido Feijão cozido Omelete | Polenta com carne ao molho / Salada | Arroz cozido / Feijão / Carne ao molho desfiada com batatinha / Salada | Sopa nutritiva | Galinhada |

2ª. SEMANA

| | | | | | |
|----------------------|--|--|--|---|--|
| | Segunda – 08/04 | Terça – 09/04 | Quarta – 10/04 | Quinta – 11/04 | Sexta – 12/04 |
| Desjejum – 08 horas | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| Colação - 09:30 hs | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * |
| Almoço – 10:45 horas | Arroz / Feijão / Carne moída ao molho / Farofa de figado | Canjiquinha com carne bovina ou frango Salada | Arroz carreteiro / Salada | Mandiocada com frango desfiado / Salada | Macarronada com carne moída |
| Lanche - 14 horas | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| Merenda - 15:00 hs | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * | Fruta raspada ou amassada ou pedaços * |
| Jantar – 16:30 horas | Arroz / Feijão / Carne moída ao molho / Farofa de figado | Canjiquinha com carne bovina ou frango Salada | Arroz carreteiro / Salada | Mandiocada com frango desfiado / Salada | Macarronada com carne moída |

Bruno Durrer
CRM 12963/

Elisbete Holz
Nutricionista - CRM 39982 / Região

3ª. SEMANA

| | | | | | |
|-----------------------|---------------------------------------|--|---------------------------------------|--|---|
| | Segunda – 15/04 | Terça – 16/04 | Quarta – 17/04 | Quinta – 18/04 | Sexta – 19/04 |
| Desjejum – 08 horas | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| Colação - 09:30 horas | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* |
| Almoço – 10:45 horas | Sopa de feijão Sagu de suco de uva | Polenta com carne bovina desfiada / Salada | Arroz carreteiro Salada | Macarrão com frango desfiado Salada | Mandioca com carne ao molho ou mandiocada |
| Lanche – 14 horas | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| Merenda - 15:00 hs | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* |
| Jantar – 16:30 horas | Sopa de feijão Sagu de suco de uva | Polenta com carne bovina desfiada / Salada | Arroz carreteiro Salada | Macarrão com frango desfiado Salada | Mandioca com carne ao molho ou mandiocada |

4ª. SEMANA

| | | | | | |
|----------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|--|
| | Segunda – 22/04 | Terça – 23/04 | Quarta – 24/04 | Quinta – 25/04 | Sexta – 26/04 |
| Desjejum – 08 horas | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| Colação - 09:30 hs | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* |
| Almoço – 10:45 horas | Arroz Feijão | Galinhada / Salada | Sopa nutritiva | Galinhada Salada | Sopa de fubá ou polenta simples com carne em molho |
| Lanche - 14 horas | Leite | Leite | Leite | Leite | Leite |
| Merenda - 15:00 hs | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* |
| Jantar – 16:30 horas | Arroz Feijão | Galinhada / Salada | Sopa nutritiva | Galinhada Salada | Sopa de fubá ou polenta simples com carne em molho |

4ª. SEMANA

| | | | | | |
|---------------------|------------------|------------------|--|--|--|
| | Segunda – 29/04 | Terça – 30/04 | | | |
| Desjejum – 08 horas | Leite | Leite | | | |
| Colação - 09:30 hs | Fruta raspada ou | Fruta raspada ou | | | |

Bruno Durrer
BRN 92963/

Stella Holz
Nutricionista CRP 10099 8ª Região

| | | | | |
|----------------------|---------------------------------------|---------------------------------------|--|--|
| | amassada ou pedaços* | amassada ou pedaços* | | |
| Almoço – 10:45 horas | Arroz / Feijão/ Molho de carne | Canjiquinha com frango / Salada | | |
| Lanche - 14 horas | Leite | Leite | | |
| Merenda - 15:00 hs | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | Fruta raspada ou amassada ou pedaços* | | |
| Jantar – 16:30 horas | Arroz / Feijão/ Molho de carne | Canjiquinha com frango / Salada | | |

INFORMAÇÕES IMPORTANTES ABAIXO – MERENDEIRAS VERIFICAR

- 1) Este cardápio é geral e segue a legislação do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação - FNDE.
- 2) Alunos com necessidades alimentares especiais são orientados a apresentar declaração médica ou laudo médico na Secretaria da Escola. Este documento deverá ser renovado anualmente. O mesmo é encaminhado à Equipe Técnica de Nutrição do PNAE, que avalia e faz a prescrição de cardápio adaptado à necessidade do aluno. Qualquer dúvida a respeito entrar em contato com os Nutricionistas pelo e-mail: estelabnlznutri@medianeira.pr.gov.br ou brunoalves@medianeira.pr.gov.br.
- 3) As Merendeiras são orientadas a incluir no cardápio os alimentos fornecidos pela Compra Direta da Agricultura Familiar, evitando desperdícios.
- 4) Frutas, legumes e verduras serão ofertados conforme entrega do fornecedor e/ou disponibilidade da Agricultura Familiar.
- 5) A ordem deste cardápio poderá sofrer alterações conforme a necessidade de aproveitamento dos alimentos do estoque de cada escola ou CMEI (disponibilidade, grau de maturação e data de vencimento), devendo ser informada à equipe técnica de Nutrição com antecedência de 24 horas para que a mesma aprove ou não a alteração.
- 6) Os alimentos devem ser bem cozidos, umidificados com caldo de feijão ou molho de carne e amassados com o garfo. **NÃO OFERECER COMIDA NA CONSISTÊNCIA SECA. NÃO BATER NO LIQUIDIFICADOR.**
- 7) As frutas deverão ser amassadas, raspadas ou bem picadas. ***OFERECER A CONSISTÊNCIA DE ACORDO COM A ACEITAÇÃO DE CADA CRIANÇA.**
- 8) Quando fizer suco de laranja, retirar a semente, acrescentar pouca água e sem açúcar. Na falta de laranja ou de outra fruta in natura, substituir por outro suco de polpa de fruta.
- 9) As carnes deverão estar bem cozidas, desfiadas ou picadas. Oferecer ovo cozido ou na forma de omelete.
- 10) **Não usar sal e utilizar pouco óleo no preparo, acrescentar os temperos naturais. Não acrescentar vinagre nas preparações.**
- 11) Eventualmente a fruta pode ser substituída por papinha de leite com pão, mingau de leite com aveia, mingau de leite com amido.
- 12) **O uso de qualquer tipo de açúcar está proibido para todos os alunos do CMEI.**

Bruno Dutra
BRM12963/

Stella Holz
Nutricionista CRM 13909 8ª Região
25/



SECRETARIA MUNICIPAL DE
EDUCAÇÃO E CULTURA

Tempo de Realizar

PREFEITURA MUNICIPAL
MEDIANEIRA

13) Qualquer dúvida sobre este cardápio consultar a nutricionista diretamente ou pelos canais de comunicação disponíveis: 3264-8650, ramal 4570, pelos e-mails estelaholznutri@medianeira.pr.gov.br ou brunoalves@medianeira.pr.gov.br

Estela Holz
Nutricionista CRN 3699 8ª Região
25/03/24

Estela Holz
Nutricionista CRN 3699 8ª. Região
Responsável Técnica Alimentação Escolar

Bruno Durrer
BRN 12963/
Bruno
Bruno Durrer Alves
Nutricionista CRN 12963/P