

Segunda-Feira	01/07/2024	Terça-Feira	02/07/2024	Quarta-Feira	03/07/2024	Quinta-Feira	04/07/2024	Sexta-feira	05/07/2024
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		MINGAU DE AVEIA + BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)      sódio (mg)
269,00	39,76	11,00		6,03		92,22	18,06	248,98	0,75      268,34
Segunda-Feira	08/07/2024	Terça-Feira	09/07/2024	Quarta-Feira	10/07/2024	Quinta-Feira	11/07/2024	Sexta-feira	12/07/2024
PONTO FACULTATIVO		FERIADO		MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)      sódio (mg)
241,56	24,00	9,62		4,00		103,01	24,60	241,98	1,02      194,88
Segunda-Feira	15/07/2024	Terça-feira	16/07/2024	Quarta-Feira	17/07/2024	Quinta-feira	18/07/2024	Sexta-feira	19/07/2024
RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)      sódio (mg)
Segunda-Feira	22/07/2024	Terça-feira	23/07/2024	Quarta-Feira	24/07/2024	Quinta-feira	25/07/2024	Sexta-Feira	26/07/2024
RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)      sódio (mg)
Segunda-Feira	29/07/2024	Terça-Feira	30/07/2024	Quarta-Feira	31/07/2024	Quinta-Feira	01/08/2024	Sexta-Feira	02/08/2024
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO					
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)      sódio (mg)
239,14	35,95	11,60		6,04		111,02	3,61	267,48	0,55      347,74

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

**CARDÁPIO 22 - ENSINO INFANTIL - 04 à 05 ANOS - MERENDA ITU**

**MERENDA MANHÃ: 9:30 às 9:45h / MERENDA TARDE: 15:00 às 15:30h**

Segunda-Feira	01/07/2024	Terça-Feira	02/07/2024	Quarta-Feira	03/07/2024	Quinta-Feira	04/07/2024	Sexta-feira	05/07/2024
ARROZ, CARNE MOIDA ENSOPADA COM LEGUMES (batata, cenoura e chuchu) SUCO DE GOIABA MAÇÃ		ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM TOMATE		MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES BANANA		PÃO COM CARNE EM ÍSCAS E CENOURA RALADA, SUCO DE MANGA TANGERINA		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE CENOURA SALADA DE FOLHAS MISTAS	
<b>MA</b>									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) / sódio (mg)
349,39	61,00	13,00		7,00		82,39	26,36	32,29	1,48 / 527,89
Segunda-Feira	08/07/2024	Terça-Feira	09/07/2024	Quarta-Feira	10/07/2024	Quinta-Feira	11/07/2024	Sexta-feira	12/07/2024
PONTO FACULTATIVO		FERIADO		ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE MAÇÃ		PÃO COM LINGUIÇA, SUCO DE UVA BANANA		ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE	
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) / sódio (mg)
346,48	57,61	14,32		7,03		122,46	17,17	39,58	1,78 / 393,30
Segunda-Feira	15/07/2024	Terça-feira	16/07/2024	Quarta-Feira	17/07/2024	Quinta-feira	18/07/2024	Sexta-Feira	19/07/2024
RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO	
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) / sódio (mg)
Segunda-Feira	22/07/2024	Terça-feira	23/07/2024	Quarta-Feira	24/07/2024	Quinta-feira	25/07/2024	Sexta-Feira	26/07/2024
RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO	
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) / sódio (mg)
Segunda-Feira	29/07/2024	Terça-Feira	30/07/2024	Quarta-Feira	31/07/2024	Quinta-Feira	01/08/2024	Sexta-Feira	02/08/2024
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE ALMEIRÃO COM CEBOLA		POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA		ARROZ, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA BANANA					
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) / sódio (mg)
249,97	44,32	10,33		3,90		207,47	116,80	28,04	1,09 / 69,89

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

**CARDÁPIO 23 - ENSINO FUNDAMENTAL I - 06 à 11 ANOS - MERENDA ITU**

**MERENDA MANHÃ: 9:30 às 9:45h / MERENDA TARDE: 15:00 às 15:30h**

Segunda-Feira	01/07/2024	Terça-Feira	02/07/2024	Quarta-Feira	03/07/2024	Quinta-Feira	04/07/2024	Sexta-feira	05/07/2024
ARROZ, CARNE MOIDA ENSOPADA COM LEGUMES (batata, cenoura e chuchu) SUCO DE GOIABA MAÇÃ		ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM TOMATE		MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES BANANA		PÃO COM CARNE EM ÍSCAS E CENOURA RALADA, SUCO DE MANGA TANGERINA		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE CENOURA SALADA DE FOLHAS MISTAS	
<b>MA</b>									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
412,42	67,00	17,00		10,00		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) sódio (mg)
						116,71	28,11	40,91	1,89 631,64
Segunda-Feira	08/07/2024	Terça-Feira	09/07/2024	Quarta-Feira	10/07/2024	Quinta-Feira	11/07/2024	Sexta-feira	12/07/2024
PONTO FACULTATIVO		FERIADO		ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE MAÇÃ		PÃO COM LINGUIÇA, SUCO DE UVA BANANA		ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE	
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
416,44	66,29	18,81		8,95		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) sódio (mg)
						160,26	18,56	47,89	2,27 411,42
Segunda-Feira	15/07/2024	Terça-feira	16/07/2024	Quarta-Feira	17/07/2024	Quinta-feira	18/07/2024	Sexta-Feira	19/07/2024
RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO	
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) sódio (mg)
Segunda-Feira	22/07/2024	Terça-feira	23/07/2024	Quarta-Feira	24/07/2024	Quinta-feira	25/07/2024	Sexta-Feira	26/07/2024
RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO	
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) sódio (mg)
Segunda-Feira	29/07/2024	Terça-Feira	30/07/2024	Quarta-Feira	31/07/2024	Quinta-Feira	01/08/2024	Sexta-Feira	02/08/2024
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE ALMEIRÃO COM CEBOLA		POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA		ARROZ, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA BANANA					
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
328,80	53,47	16,57		5,83		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) sódio (mg)
						350,69	133,27	53,64	1,55 87,76

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

**CARDÁPIO 24 - EJA 18 à 60 anos - MERENDA ITU**  
**MERENDA MANHÃ: 9:30h / MERENDA TARDE: 15:00h / MERENDA NOITE: 20:30h**

Segunda-Feira	01/07/2024	Terça-Feira	02/07/2024	Quarta-Feira	03/07/2024	Quinta-Feira	04/07/2024	Sexta-feira	05/07/2024	
ARROZ, CARNE MOIDA ENSOPADA COM LEGUMES (batata, cenoura e chuchu) SUCO DE GOIABA MAÇÃ		ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM TOMATE		MACARRÃO AO MOLHO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES BANANA		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE CENOURA SALADA DE FOLHAS MISTAS		PÃO COM CARNE EM ÍSCAS E CENOURA RALADA, SUCO DE MANGA TANGERINA		
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais		
502,32	80,00	21,00		11,00		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
						128,38	28,19	48,12	2,37	708,42
Segunda-Feira	08/07/2024	Terça-Feira	09/07/2024	Quarta-Feira	10/07/2024	Quinta-Feira	11/07/2024	Sexta-feira	12/07/2024	
PONTO FACULTATIVO		FERIADO		ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE MAÇÃ		ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE		PÃO COM LINGUIÇA, SUCO DE UVA BANANA		
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais		
514,84	74,81	24,88		13,28		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
						160,72	18,97	54,40	2,79	652,20
Segunda-Feira	15/07/2024	Terça-feira	16/07/2024	Quarta-Feira	17/07/2024	Quinta-feira	18/07/2024	Sexta-Feira	19/07/2024	
RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO		
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais		
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
Segunda-Feira	22/07/2024	Terça-feira	23/07/2024	Quarta-Feira	24/07/2024	Quinta-feira	25/07/2024	Sexta-Feira	26/07/2024	
RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO		RECESSO		
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais		
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
Segunda-Feira	29/07/2024	Terça-Feira	30/07/2024	Quarta-Feira	31/07/2024	Quinta-Feira	01/08/2024	Sexta-Feira	02/08/2024	
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE ALMEIRÃO COM CEBOLA		POLENTE COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA		ARROZ, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA BANANA						
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais		
386,29	62,54	19,69		6,76		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
						351,23	133,47	55,25	1,77	95,13

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

## CARDÁPIO 21 - MERENDA ITU

HORÁRIO: 06:45 às 7:00h

DESJEJUM AMAI

JULHO

Segunda-Feira	01/07/2025	Terça-Feira	02/07/2025	Quarta-Feira	03/07/2025	Quinta-Feira	04/07/2025	Sexta-feira	05/07/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		MINGAU DE AVEIA + BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)	
269,00	43,00	11,00	7,00	92,22	18,06	248,98	0,75	268,34	
Segunda-Feira	08/07/2025	Terça-Feira	09/07/2025	Quarta-Feira	10/07/2025	Quinta-Feira	11/07/2025	Sexta-feira	12/07/2025
PONTO FACULTATIVO		FERIADO		MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)	
241,56	24,00	9,62	4,00	103,01	24,60	241,98	1,02	194,88	
Segunda-Feira	15/07/2025	Terça-feira	16/07/2025	Quarta-Feira	17/07/2025	Quinta-feira	18/07/2025	Sexta-feira	19/07/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL		MINGAU DE AVEIA + BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)	
248,46	36,00	11,00	7,00	112,18	15,18	258,15	0,87	322,19	
Segunda-Feira	22/07/2025	Terça-feira	23/07/2025	Quarta-Feira	24/07/2025	Quinta-feira	25/07/2025	Sexta-Feira	26/07/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)	
254,30	38,00	10,00	20,00	107,61	15,86	232,15	0,93	259,99	
Segunda-Feira	29/07/2025	Terça-Feira	30/07/2025	Quarta-Feira	31/07/2025				
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO					
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)	
239,14	35,95	11,60	6,04	111,02	3,61	267,48	0,55	347,74	

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar



ENTIDADE APAE / AMAI  
JULHO

**CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (1ª SEMANA)**  
MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	1/7/2024	2/7/2024	3/7/2024	4/7/2024	5/7/2024				
ALMOÇO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA ENSOPADA COM LEGUMES (batata, cenoura e chuchu) SALADA DE REPOLHO COM RUCULA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM TOMATE	MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ COM FRANGO, BATATA CORADA SALADA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM ÍSCAS COM LEGUMES (abobrinha e abóbora), SALADA DE ALMEIRÃO COM CEBOLA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA, SALADA DE FOLHAS MISTAS				
SUCO/ SOBREMESA	SUCO DE GOIABA ABACAXI	SUCO DE UVA MAÇÃ	SUCO DE ACEROLA BANANA	SUCO DE MANGA TANGERINA	SUCO DE MORANGO MELANCIA				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
546,69		90,00	26,00	10,00	276,76	110,92	92,32	3,90	278,76

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



ENTIDADE APAE / AMAI

JULHO

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (2ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	8/7/2024	9/7/2024	10/7/2024	11/7/2024	12/7/2024				
ALMOÇO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE	ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA ACEBOLADA, PURÊ DE ABÓBORA, SALADA DE COUVE	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE				
SUCO/ SOBREMESA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	SUCO DE TANGERINA MAÇÃ	SUCO DE UVA MAMÃO	SUCO DE MELANCIA BANANA				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
547,75		83,44	22,45	14,78	472,79	72,10	102,63	3,40	439,45

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



ENTIDADE APAE / AMAI

JULHO

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (3ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	15/07/2024	16/07/2024	17/07/2024	18/07/2024	19/07/2024				
ALMOÇO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, SALADA DE BETERRABA RALADA	MACARRÃO AO SUGO, FRANGO ASSADO COM BATATA FAROFA DE LEGUMES SALADA DE FOLHAS MISTAS	ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO COM MANDIOCA SALADA DE VINAGRETE	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO CAIPIRA, SALADA DE CHICORIA				
SUCO/ SOBREMESA	SUCO DE MAÇÃ MELANCIA	SUCO DE MELÃO ABACAXI	SUCO DE CAJU BANANA	SUCO DE ACEROLA MAÇÃ	SUCO DE ABACAXI MAMÃO				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
520,11		91,00	25,00	9,00	213,49	115,25	83,42	3,68	288,82

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.





ENTIDADE APAE / AMAI

JULHO

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (4ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024				
ALMOÇO	RISOTO DE PERNIL COM LEGUMES (cenoura, vagem e abobrinha), FEIJÃO SALADA DE TOMATE	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES SALADA DE CATALONIA	MACARRÃO COM ATUM AO MOLHO, BATATA CORADA SALADA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO, SALSICHA AO VINAGRETE SALADA DE ALFACE COM CEBOLA				
SUCO/ SOBREMESA	SUCO DE TANGERINA MELÃO	SUCO DE MANGA ABACAXI	SUCO DE UVA MAMÃO	SUCO DE LIMÃO BANANA	SUCO DE GOIABA MAÇÃ				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
532,66		91,00	21,00	10,00	188,57	44,23	78,62	3,89	334,80

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



ENTIDADE APAE / AMAI

JULHO

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (5ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	29/07/2024	30/07/2024	31/07/2024	01/08/2024	02/08/2024				
ALMOÇO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE AMEIRÃO COM CEBOLA	POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba),	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA						
SUCO/ SOBREMESA	SUCO DE MARACUJÁ MELÃO	SUCO DE ACEROLA COM LARANJA MELANCIA	SUCO DE CAJU BANANA						
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio
514,28		90,25	23,49	7,71	325,62	85,39	71,94	3,79	189,93

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar



ENTIDADE APAE / AMAI
JULHO

**CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (1ª SEMANA)**

**MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h**

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	1/7/2024	2/7/2024	3/7/2024	4/7/2024	5/7/2024				
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA ENSOPADA COM LEGUMES (batata, cenoura e chuchu) SALADA DE REPOLHO COM RUCULA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM TOMATE	MACARRÃO AO MOLHO ROSÊ COM FRANGO, BATATA CORADA SALADA DE LEGUMES	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM ÍSCAS COM LEGUMES (abobrinha e abóbora), SALADA DE ALMEIRÃO COM CEBOLA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA, SALADA DE FOLHAS MISTAS				
<b>SUCO/ SOBREMESA</b>	SUCO DE GOIABA ABACAXI	SUCO DE UVA MAÇÃ	SUCO DE ACEROLA BANANA	SUCO DE MANGA TANGERINA	SUCO DE MORANGO MELANCIA				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
546,69		90,00	26,00	10,00	276,76	110,92	92,32	3,90	278,76

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.**



ENTIDADE APAE / AMAI
JULHO

**CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (2ª SEMANA)**

**MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h**

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	8/7/2024	9/7/2024	10/7/2024	11/7/2024	12/7/2024				
ALMOÇO	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE	ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA ACEBOLADA, PURÊ DE ABÓBORA, SALADA DE COUVE	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE				
SUCO/ SOBREMESA	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	SUCO DE TANGERINA MAÇÃ	SUCO DE UVA MAMÃO	SUCO DE MELANCIA BANANA				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
547,75		83,44	22,45	14,78	472,79	72,10	102,63	3,40	439,45

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.**



ENTIDADE APAE / AMAI
JULHO

**CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (3ª SEMANA)**  
**MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h**

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	15/07/2024	16/07/2024	17/07/2024	18/07/2024	19/07/2024			
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
SUCO/ SOBREMESA	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
				<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
 Nutricionista, CRN 316089  
 Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



ENTIDADE APAE / AMAI
JULHO

**CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (4ª SEMANA)**  
**MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h**

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024				
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
SUCO/ SOBREMESA	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
 Nutricionista CRN 316089  
 Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



ENTIDADE APAE / AMAI
JULHO

**CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (5ª SEMANA)**

**MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h**

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	29/07/2024	30/07/2024	31/07/2024	01/08/2024	02/08/2024				
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA SALADA DE AMEIRÃO COM CEBOLA	POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba),	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA						
<b>SUCO/ SOBREMESA</b>	SUCO DE MARACUJÁ MELÃO	SUCO DE ACEROLA COM LARANJA MELANCIA	SUCO DE CAJU BANANA						
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
					<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio</b>
	514,28	90,25	23,49	7,71	325,62	85,39	71,94	3,79	189,93

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

EMEF REFORÇO
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira		
	01/07/2024	02/07/2024	03/07/2024	04/07/2024	05/07/2024		
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + BANANA		
<b>CARDÁPIO 29</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA ENSOPADA COM LEGUMES (batata, cenoura e chuchu) SALADA DE REPOLHO COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MANGA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO AO MOLHO, FRANGO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA DE ALFACE TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA, SALADA DE FOLHAS MISTAS MELANCIA		
<b>CARDÁPIO 30</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE FORMA COM PATÊ DE ATUM E CENOURA RALADA, SUCO DE ACEROLA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE LARANJA	PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE CAJU	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE LIMÃO		
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>							
<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>	
				<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
954,01	161,00	41,00	17,00	359,86	133,28	424,86	847,76

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.





**CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS**  
MERENDA ITU - 2ª semana

EMEF REFORÇO
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	08/07/2024	09/07/2024	10/07/2024	11/07/2024	12/07/2024			
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO			
<b>CARDÁPIO 29</b> Almoço 11:30	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA COM TOMATE E CEBOLA, PURÊ DE ABÓBORA, SALADA DE COUVE MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE BANANA			
<b>CARDÁPIO 30</b> Lanche tarde 15:00	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE MELANCIA	PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA SUCO DE UVA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE ACEROLA			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>	
					<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
	938,78	151,84	39,90	20,05	739,28	204,18	401,77	4,31
								<b>Sódio (mg)</b>
								932,02

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 3ª semana

EMEF REFORÇO
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira	
	15/07/2024	16/07/2024	17/07/2024	18/07/2024	19/07/2024	
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	
<b>CARDÁPIO 29</b> Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	
<b>CARDÁPIO 30</b> Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>						
	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>	<b>Minerais</b>
					<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>
					<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS  
MERENDA ITU - 4ª semana

EMEF REFORÇO
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira		
	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024		
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO		
Informação Nutricional (Média Semanal)							
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais	
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>  
Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



**CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS**  
MERENDA ITU - 5ª semana

EMEF REFORÇO
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	29/07/2024	30/07/2024	31/07/2024						
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO						
<b>CARDÁPIO 29</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE AMEIRÃO COM CEBOLA ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM ABÓBORA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA LARANJA						
<b>CARDÁPIO 30</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA	PÃO DE CENOURA COM CARNE MOÍDA E PIMENTÃO, SUCO DE MANGA	PÃO DE LEITE COM CARNE ÍSCAS AO MOLHO, SUCO DE LIMÃO						
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
	Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
	943,93	153,58	43,57	16,85	643,88	171,76	433,51	4,40	943,49

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



EMEF REDE SABER
JULHO

CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	01/07/2024	02/07/2024	03/07/2024	04/07/2024	05/07/2024			
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	MAMÃO COM AVEIA	SALADA DE FRUTAS	MELÃO	BANANA	ABACAXI			
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + BANANA			
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA ENSOPADA COM LEGUMES (batata, cenoura e chuchu) SALADA DE REPOLHO COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MANGA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO AO MOLHO, FRANGO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA DE ALFACE TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA, SALADA DE FOLHAS MISTAS MELANCIA			
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE FORMA COM PATÊ DE ATUM E CENOURA RALADA, SUCO DE ACEROLA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE GOIABA	PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE CAJU	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE LIMÃO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
1.342,78	205,00	62,00	31,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
				440,39	138,00	475,93	7,23	1.318,70

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



**CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS**  
MERENDA ITU - 2ª semana

EMEF REDE SABER
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	08/07/2024	09/07/2024	10/07/2024	11/07/2024	12/07/2024			
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	MAMÃO	MAÇÃ	SALADA DE FRUTAS			
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO			
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA COM TOMATE E CEBOLA, PURÊ DE ABÓBORA, SALADA DE COUVE MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE BANANA			
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE MELANCIA	PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA SUCO DE UVA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE ACEROLA			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
1.359,52	206,45	53,21	35,47	541,65	107,46	341,84	5,61	1.403,93

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS  
MERENDA ITU - 3ª semana

EMEF REDE SABER
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	15/07/2024	16/07/2024	17/07/2024	18/07/2024	19/07/2024			
CARDÁPIO 31 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
CARDÁPIO 21 09:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
Informação Nutricional (Média Semanal)								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



**CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS**  
**MERENDA ITU - 4ª semana**

EMEF REDE SABER
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024			
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
 Nutricionista, CRN 316089  
 Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.





CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 5ª semana

EMEF REDE SABER

JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	29/7/2024	30/7/2024	31/7/2024	1/8/2024	2/8/2024				
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	MELAO	SALADA DE FRUTAS	MAMAO						
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO						
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE AMEIRÃO COM CEBOLA ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM ABÓBORA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA LARANJA						
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA	PÃO DE CENOURA COM CARNE MOÍDA E PIMENTÃO, SUCO DE MANGA	PÃO DE LEITE COM CARNE ÍSCAS AO MOLHO, SUCO DE LIMÃO						
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
1.264,93		203,62	50,52	31,94	471,29	85,94	346,01	5,34	1.279,12

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



EMEI REDE SABER
JULHO

CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	01/07/2024	02/07/2024	03/07/2024	04/07/2024	05/07/2024			
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	MAMÃO COM AVEIA	SALADA DE FRUTAS	MELÃO	BANANA	ABACAXI			
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + BANANA			
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJAO, CARNE MOIDA ENSOPADA COM LEGUMES (batata, cenoura e chuchu) SALADA DE REPOLHO COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MANGA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO AO MOLHO, FRANGO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA DE ALFACE TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA, SALADA DE FOLHAS MISTAS MELANCIA			
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE FORMA COM PATÊ DE ATUM E CENOURA RALADA, SUCO DE ACEROLA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE ABACAXI	PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE CAJU	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE LIMÃO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
936,76	152,00	35,00	23,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
				340,43	133,82	376,77	4,64	892,92

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



**CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS**  
**MERENDA ITU - 2ª semana**

EMEI REDE SABER
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	08/07/2024	09/07/2024	10/07/2024	11/07/2024	12/07/2024			
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	MAMÃO	MAÇÃ	SALADA DE FRUTAS			
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO			
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA COM TOMATE E CEBOLA, PURÊ DE ABÓBORA, SALADA DE COUVE MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE BANANA			
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE GOIABA	PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA SUCO DE UVA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE ACEROLA			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
944,96	151,73	32,61	23,86	464,42	91,54	310,08	3,61	955,43

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
 Nutricionista CRN 316089  
 Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 3ª semana

EMEI REDE SABER
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	15/07/2024	16/07/2024	17/07/2024	18/07/2024	19/07/2024				
CARDÁPIO 31 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 21 09:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 4ª semana

EMEI REDE SABER
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024				
CARDÁPIO 31 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 21 09:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	29/7/2024	30/7/2024	31/7/2024	1/8/2024	2/8/2024				
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	MELAO	SALADA DE FRUTAS	MAMAO						
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO						
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE AMEIRÃO COM CEBOLA ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM ABÓBORA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA LARANJA						
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA	PÃO DE CENOURA COM CARNE MOÍDA E PIMENTÃO, SUCO DE MANGA	PÃO DE LEITE COM CARNE ÍSCAS AO MOLHO, SUCO DE LIMÃO						
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
854,31		141,42	30,95	23,52	382,78	71,53	308,82	3,44	797,62

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	01/07/2024	02/07/2024	03/07/2024	04/07/2024	05/07/2024			
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + BANANA			
<b>CARDÁPIO 31</b> Colação 10:00	MAMÃO COM AVEIA	SALADA DE FRUTAS	MELÃO	BANANA	ABACAXI			
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJAO, CARNE MOIDA ENSOPADA COM LEGUMES (batata, cenoura e chuchu) SALADA DE REPOLHO COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MANGA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO AO MOLHO, FRANGO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM ISCAS COM TOMATE E CENOURA SALADA DE ALFACE TANGERINA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA, SALADA DE FOLHAS MISTAS MELANCIA			
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE FORMA COM PATÊ DE ATUM E CENOURA RALADA, SUCO DE ACEROLA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE LARANJA	PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE CAJU	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE LIMÃO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
889,91	147,00	33,00	20,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
				330,55	110,49	361,15	4,16	796,98

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



**CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS**  
**MERENDA ITU - 2ª semana**


FUTURA.GUIA DA LUZ. EMEI ERIKA
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	08/07/2024	09/07/2024	10/07/2024	11/07/2024	12/07/2024			
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO			
<b>CARDÁPIO 31</b> Colação 10:00	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	MAMÃO	MAÇÃ	SALADA DE FRUTAS			
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, LINGUIÇA COM TOMATE E CEBOLA, PURÊ DE ABÓBORA, SALADA DE COUVE MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE BANANA			
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PONTO FACULTATIVO	FERIADO	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE GOIABA	PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA SUCO DE UVA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE ACEROLA			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)
882,21	126,59	31,52	22,66	423,60	141,50	322,99	3,67	956,30

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

  
 Carolina Mendes Alves  
 Nutricionista, CRN 316089  
 Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.





CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 3ª semana

FUTURA.GUIA DA LUZ. EMEI ERIKA
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	15/07/2024	16/07/2024	17/07/2024	18/07/2024	19/07/2024				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 31 Colação 10:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 4ª semana

FUTURA GUIA DA LUZ. EMEI ERIKA
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 31 Colação 10:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 5ª semana

FUTURA GUIA DA LUZ. EMEI ERIKA  
JULHO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	29/7/2024	30/7/2024	31/7/2024	1/8/2024	2/8/2024				
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO						
<b>CARDÁPIO 31</b> Colação 10:00	MELAO	SALADA DE FRUTAS	MAMAO						
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE AMEIRÃO COM CEBOLA ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM ABÓBORA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA LARANJA						
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA	PÃO DE CENOURA COM CARNE MOÍDA E PIMENTÃO, SUCO DE MANGA	PÃO DE LEITE COM CARNE ÍSCAS AO MOLHO, SUCO DE LIMÃO						
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
					<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>sódio (mg)</b>
	880,21	136,58	31,48	22,63	419,54	137,48	315,86	3,77	947,96

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira		
	01/07/2024	02/07/2024	03/07/2024	04/07/2024	05/07/2024		
<b>CARDÁPIO 1</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1		
<b>CARDÁPIO 2</b> Colação 10:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1		
<b>CARDÁPIO 3</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1		
<b>CARDÁPIO 4</b> Lanche da Tarde 14:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1		
<b>CARDÁPIO 5</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1		
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>							
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais	
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
165,55	20,00	4,00	8,00	199,50	26,25	192,50	2,73
							Sódio (mg)
							84,00

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.  
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

**CARDÁPIO 1 à 5 - BEBÊS DE 04 à 05 MESES**  
**MERENDA ITU - 2ª semana**



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	08/07/2024	09/07/2024	10/07/2024	11/07/2024	12/07/2024			
<b>CARDÁPIO 1</b> Desjejum 7:30	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 2</b> Café da Manhã 10:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 3</b> Almoço 12:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 4</b> Lanche da Tarde 14:30	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 5</b> Jantar 16:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
165,55	20,30	3,85	7,70	<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio</b>
				199,50	26,25	192,50	2,73	84,00

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.  
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>  
Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	15/07/2024	16/07/2024	17/07/2024	18/07/2024	19/07/2024			
<b>CARDÁPIO 1</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 2</b> Colação 10:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 3</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 4</b> Lanche da Tarde 14:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 5</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
165,55	20,30	3,85	7,70	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
				199,50	26,25	192,50	2,73	84,00

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.  
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.**



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira		
	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024		
<b>CARDÁPIO 1</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1		
<b>CARDÁPIO 2</b> Colação 10:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1		
<b>CARDÁPIO 3</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1		
<b>CARDÁPIO 4</b> Lanche da Tarde 14:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1		
<b>CARDÁPIO 5</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1		
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>							
<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>	
165,55	20,30	3,85	7,70	<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>
				199,50	26,25	192,50	2,73
							<b>Sódio (mg)</b>
							84,00

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.  
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>  
Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



**CARDÁPIO 1 à 5 - BEBÊS DE 04 à 05 MESES**  
**MERENDA ITU - 4ª semana**




Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	29/07/2024	30/07/2024	31/07/2024	01/08/2024	02/08/2024			
<b>CARDÁPIO 1</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1					
<b>CARDÁPIO 2</b> Colação 10:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1					
<b>CARDÁPIO 3</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1					
<b>CARDÁPIO 4</b> Lanche da Tarde 14:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1					
<b>CARDÁPIO 5</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1					
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
165,55	20,30	3,85	7,70	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio
				199,50	26,25	192,50	2,73	84,00

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.  
 Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/acesso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR -

Rótulos de Alimentos

  
 Carolina Mendes Alves  
 Nutricionista, CRN 316089  
 Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.





Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	01/07/2024	02/07/2024	03/07/2024	04/07/2024	05/07/2024				
<b>CARDÁPIO 6</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>CARDÁPIO 7</b> Colação 10:00	PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, BATATA DOCE E ESPINAFRE	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, INHAME, ABOBRINHA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CARÁ E ABÓBORA PAULISTA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA E CENOURA	PAPA DE FUBÁ, FRANGO, MANDIOCA E ESPINAFRE				
<b>CARDÁPIO 8</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>CARDÁPIO 9</b> Lanche da Tarde 14:30	PAPA DE PÊRA	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE BANANA	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE BANANA				
<b>CARDÁPIO 10</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
418,52		64,00	15,00	12,00	590,05	58,18	179,73	3,27	360,79

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher

A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.

Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

Ofertar apenas 1 fruta ao dia.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	08/07/2024	09/07/2024	10/07/2024	11/07/2024	12/07/2024			
<b>CARDÁPIO 6</b> Desjejum 7:30	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 7</b> Colação 10:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CARÁ E COUVE	PAPA DE ARROZ, ISCAS, MANDIOQUINHA E CENOURA	PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, BROCOLIS E BATATA DOCE			
<b>CARDÁPIO 8</b> Almoço 12:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 9</b> Lanche da Tarde 14:30	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE BANANA			
<b>CARDÁPIO 10</b> Jantar 16:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
419,77	64,12	15,33	11,86	763,98	73,18	183,84	3,19	385,86

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher

A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.

Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

Ofertar apenas 1 fruta ao dia.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	15/07/2024	16/07/2024	17/07/2024	18/07/2024	19/07/2024			
<b>CARDÁPIO 6</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 7</b> Colação 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA E BERINJELA	PAPA FUBÁ, FRANGO, MANDIOCA E ABOBRINHA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CENOURA E BATATA DOCE	PAPA DE ARROZ, FRANGO, CALDO DE FEIJÃO, CARÁ E BETERRABA	PAPA DE FUBÁ, FRANGO, BATATA E TOMATE			
<b>CARDÁPIO 8</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 9</b> Lanche da Tarde 14:30	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE PÊRA	PAPA DE BANANA	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE BANANA			
<b>CARDÁPIO 10</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais	
410,36		62,00	15,00	12,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
					313,37	64,36	170,47	3,25
								Sódio (mg)
								358,24

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.  
 Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.  
 As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher  
 A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.  
 Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições  
 Ofertar apenas 1 fruta ao dia.

Carolina Mendes Alves  
 Nutricionista, CRN 316089  
 Alimentação Escolar



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024				
<b>CARDÁPIO 6</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>CARDÁPIO 7</b> Colação 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CENOURA E CARÁ	PAPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, MANDIOQUINHA E ABÓBORA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, ABOBRINHA E INHAME	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, MANDIOCA E CENOURA	PAPA DE ARROZ, ISCAS, ABOBRINHA E BATATA				
<b>CARDÁPIO 8</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>CARDÁPIO 9</b> Lanche da Tarde 14:30	PAPA DE PÊRA	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE BANANA	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE BANANA				
<b>CARDÁPIO 10</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
416,03		63,00	15,00	12,00	354,29	57,75	165,55	3,31	357,40

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher

A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.

Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

Ofertar apenas 1 fruta ao dia.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	29/07/2024	30/07/2024	31/07/2024	01/08/2024	02/08/2024				
<b>CARDÁPIO 6</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1						
<b>CARDÁPIO 7</b> Colação 10:00	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, MANDIOQUINHA E ESPINAFRE	PAPA DE ARROZ, FRANGO, CHUCHU E CENOURA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CHICÓRIA E ABÓBORA						
<b>CARDÁPIO 8</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1						
<b>CARDÁPIO 9</b> Lanche da Tarde 14:30	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE PÊRA	PAPA DE BANANA						
<b>CARDÁPIO 10</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1						
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
					<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
	383,63	54,30	14,26	12,66	319,31	48,11	176,72	3,40	319,59

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher

A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.

Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

Ofertar apenas 1 fruta ao dia.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	01/07/2024	02/07/2024	03/07/2024	04/07/2024	05/07/2024			
<b>CARDÁPIO 11</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAMÃO	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + PÊRA	FÓRMULA 2 + MELÃO	FÓRMULA 2 + BANANA			
<b>CARDÁPIO 12</b> Colação 9:00	PÊRA	SUCO DE LARANJA LIMA COM CENOURA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MORANGO	MELANCIA			
<b>CARDÁPIO 13</b> Almoço 10:00	PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, CABOTIÃ, BATATA DOCE E ESPINAFRE, MELÃO	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, INHAME, ABOBRINHA E CENOURA, SUCO DE MANGA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ERVILHA TORTA, CARÁ E ABÓBORA PAULISTA, SUCO DE MARACUJA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA, CHUCHU E CENOURA, LARANJA LIMA	PAPA DE FUBÁ, OVO, MANDIOCA, ESPINAFRE E ABÓBORA, SUCO DE MAMÃO			
<b>CARDÁPIO 14</b> Lanche da tarde 13:00	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2			
<b>CARDÁPIO 15</b> Jantar 15:00	PAPA DE FUBÁ, OVO, MANDIOQUINHA, CENOURA E COUVE, SUCO DE ACEROLA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ABÓBORA, VAGEM E BATATA, MELANCIA	PAPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, ESCAROLA, MANDIOCA E CENOURA, BANANA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FÍGADO, ABOBRINHA, INHAME E COUVE SUCO DE PÊRA	PAPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, CARÁ, BROCOLIS E CENOURA, MELÃO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
462,17	83,00	14,00	10,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
				654,23	93,78	186,86	3,63	297,08

\*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

\*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

\*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

\*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

\*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

\*A carne deverá ser desfiada ou picada.

\*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

\*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	08/07/2024	09/07/2024	10/07/2024	11/07/2024	12/07/2024				
<b>CARDÁPIO 11</b> Desjejum 7:30	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + PÊRA	FÓRMULA 2 + MAMÃO				
<b>CARDÁPIO 12</b> Colação 9:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	CREME DE ABACATE	SUCO DE MARACUJÁ	BANANA				
<b>CARDÁPIO 13</b> Almoço 10:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CARÁ, COUVE E ERVILHA TORTA, MELÃO	PAPA DE ARROZ, OVO, MANDIOQUINHA, VAGEM E CENOURA, BANANA	PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, BROCOLIS, BATATA DOCE E CHICÓRIA, LARANJA LIMA				
<b>CARDÁPIO 14</b> Lanche da tarde 13:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2				
<b>CARDÁPIO 15</b> Jantar 15:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	PAPA DE ARROZ, FRANGO, ABOBRINHA, INHAME E TOMATE MAMÃO	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABÓBORA, CARÁ E CHUCHU, MAÇÃ	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ISCAS, MANDIOCA, CENOURA E ABOBRINHA, PÊRA				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
486,83		86,47	14,85	10,66	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					423,53	59,53	190,73	3,74	663,81

\*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

\*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

\*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

\*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

\*CONSISTENCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

\*A carne deverá ser desfiada ou picada.

\*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

\*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	15/07/2024	16/07/2024	17/07/2024	18/07/2024	19/07/2024
<b>CARDÁPIO 11</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAMÃO	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + PÊRA	FÓRMULA 2 + MELÃO	FÓRMULA 2 + BANANA
<b>CARDÁPIO 12</b> Colação 9:00	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MELÃO	BANANA	SUCO DE UVA	PÊRA
<b>CARDÁPIO 13</b> Almoço 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA, BERINJELA E CENOURA LARANJA LIMA	PAPA FUBÁ, FRANGO, MANDIOCA, ABÓBORA E ABOBRINHA MAMÃO	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CENOURA, BATATA DOCE E VAGEM MAÇÃ	PAPA DE ARROZ, FRANGO, CALDO DE FEIJÃO, CARÁ, ABOBRINHA E BETERRABA BANANA	PAPA DE FUBÁ, OVO, BATATA, ESPINAFRE E TOMATE MELÃO
<b>CARDÁPIO 14</b> Lanche da tarde 13:00	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2
<b>CARDÁPIO 15</b> Jantar 15:00	PAPA DE FUBÁ, OVO, INHAME, ABÓBORA E CHICÓRIA MELÃO	PAPA DE MACARRÃO, CARNE CUBOS, CALDO DE FEIJÃO, BRÓCOLIS, CHUCHU E CARÁ, MAÇÃ	PAPA DE ARROZ, ISCAS, INHAME, ALMEIRÃO E ABÓBORA, MELANCIA	PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, BATATA, CENOURA E COUVE, PÊRA	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA DOCE, CHUCHU, CENOURA E CATALONIA MAMÃO

Informação Nutricional (Média Semanal)

Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
461,02	85,00	14,00	8,00	470,22	61,38	179,59	3,54	295,22

\*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

\*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

\*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

\*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

\*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

\*A carne deverá ser desfiada ou picada.

\*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

\*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar





Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024			
<b>CARDÁPIO 11</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + MELÃO	FÓRMULA 2 + BANANA	FÓRMULA 2 + MAMÃO	FÓRMULA 2 + PÊRA			
<b>CARDÁPIO 12</b> Colação 9:00	SUCO DE MELÃO	CREME DE ABACATE	SUCO DE ACEROLA	BANANA	SUCO DE LARANJA LIMA COM MAMÃO			
<b>CARDÁPIO 13</b> Almoço 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CENOURA, CARÁ E CHUCHU LARANJA LIMA	PAPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, COUVE, MANDIOQUINHA E ABÓBORA MELANCIA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, ABOBRINHA, INHAME E ESPINAFRE MAMÃO	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, MANDIOCA, CENOURA E CATALONIA, PÊRA	PAPA DE ARROZ, OVO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA, BANANA			
<b>CARDÁPIO 14</b> Lanche da tarde 13:00	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2			
<b>CARDÁPIO 15</b> Jantar 15:00	PAPA DE FUBÁ, OVO, BATATA, TOMATE E CHICÓRIA, MAMÃO	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE CUBOS, CENOURA, MANDIOCA E VAGEM, MAÇÃ	PAPA DE ARROZ, FRANGO, BATATA DOCE, CABOTIÃ E COUVE MELÃO	PAPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, CENOURA, ABOBRINHA E ESCAROLA MELANCIA	PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, CALDO DE FEIJÃO, CARÁ, CABOTIÃ E ALMEIRÃO MAÇÃ			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
457,80	83,00	13,00	9,00	<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
				433,94	66,08	185,53	3,46	295,11

\*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

\*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

\*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

\*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

\*CONSISTENCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

\*A carne deverá ser desfiada ou picada.

\*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

\*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

**CARDÁPIO 11 à 15 - BEBÊS DE 07 à 11 MESES**  
**MERENDA ITU - 5ª semana**



	<b>Segunda-Feira</b> 29/07/2024	<b>Terça-Feira</b> 30/07/2024	<b>Quarta-Feira</b> 31/07/2024	<b>Quinta-Feira</b> 01/08/2024	<b>Sexta-feira</b> 02/08/2024
<b>Desjejum</b> 7:30	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + PÊRA	FÓRMULA 2 + BANANA		
<b>CARDÁPIO 12</b> <b>Colação</b> 9:00	SUCO DE MAMÃO	CREME DE ABACATE	SUCO DE MELÃO		
<b>CARDÁPIO 13</b> <b>Almoço</b> 10:00	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CABOTIÃ, MANDIOQUINHA E ESPINAFRE MELÃO	PAPA DE ARROZ, FRANGO, CHUCHU, CARÁ E CENOURA MAMÃO	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, CHICÓRIA, ABÓBORA E INHAME SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA LIMA		
<b>CARDÁPIO 14</b> <b>Lanche da tarde</b> 13:00	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2		
<b>CARDÁPIO 15</b> <b>Jantar</b> 15:00	PAPA DE FUBÁ, FÍGADO, INHAME, ABOBRINHA E ABÓBORA LARANJA LIMA	PAPA DE MACARRÃO, CARNE CUBOS, CALDO DE FEIJÃO, CHUCHU, BATATA DOCE E VAGEM MAÇÃ	PAPA DE ARROZ, FRANGO, CENOURA, BATATA E ALMEIRÃO MELANCIA		

Informação Nutricional (Média Semanal)								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
409,24	74,25	14,12	9,90	718,08	55,04	180,81	3,67	172,31

\*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

\*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

\*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

\*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

\*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

\*A carne deverá ser desfiada ou picada.

\*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

\*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	01/07/2024	02/07/2024	03/07/2024	04/07/2024	05/07/2024				
<b>CARDÁPIO 16</b> Desjejum 7:30	VITAMINA DE FRUTAS BISCOITO SIMPLES	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAMÃO	MINGAU DE AVEIA + BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM MARGARINA				
<b>CARDÁPIO 17</b> Colação 9:00	PÊRA	SUCO DE LARANJA LIMA COM CENOURA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MORANGO	ABACAXI				
<b>CARDÁPIO 18</b> Almoço 10:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA ENSOPADA COM LEGUMES (batata, cenoura e chuchu), SALADA DE REPOLHO COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MANGA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO AO SUGO, FRANGO ASSADO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE EM CUBOS COM TOMATE E CENOURA. SALADA DE ALFACE, MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA, SALADA DE FOLHAS MISTAS SUCO DE MAMÃO				
<b>CARDÁPIO 19</b> Lanche da tarde 13:00	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAÇÃ	SUCO DE MARACUJÁ TORTA DE FRANGO (cenoura e tomate)	SALADA DE FRUTAS (banana, pera, mamão)	LEITE COM CHOCOLATE 32% LARANJA	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, mamão)				
<b>CARDÁPIO 20</b> Jantar 15:00	ARROZ, FEIJÃO, OVOS ESTALADOS AO MOLHO, SALADA DE COUVE, SUCO DE ACEROLA	SOPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ABÓBORA, VAGEM E BATATA, MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA, SALADA DE ESCAROLA SUCO DE MARACUJÁ	SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FÍGADO, ABOBRINHA, INHAME E COUVE ABACAXI	SOPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, CARÁ, BROCOLIS E CENOURA MELÃO				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
1.018,42		154,00	40,00	38,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					976,08	116,50	435,35	5,58	298,30

**CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:**

- \* O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- \* As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança
- \* Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.
- \* Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- \* Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	08/07/2024	09/07/2024	10/07/2024	11/07/2024	12/07/2024			
<b>CARDÁPIO 16</b> Desjejum 7:30	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAÇÃ	FLOCOS DE MILHO COM LEITE MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO			
<b>CARDÁPIO 17</b> Colação 9:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	CREME DE ABACATE	SUCO DE MARACUJA	BANANA			
<b>CARDÁPIO 18</b> Almoço 10:30	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, PURÊ DE ABOBORA SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface, rucula e acelga), BANANA	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE SUCO DE LARANJA			
<b>CARDÁPIO 19</b> Lanche da tarde 13:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	CHÁ DE HORTELÃ TORTA DE FRANGO	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, pêra)	SUCO DE MANGA PÃO DE CENOURA COM CARNE DESFIADA E CENOURA RALADA			
<b>CARDÁPIO 20</b> Jantar 15:00	PONTO FACULTATIVO	RECESSO	SOPA DE ARROZ, FRANGO, ABOBRINHA, INHAME E TOMATE MAMÃO	MACARRÃO A BOLONHESA, FEIJÃO, SALADA DE LEGUMES (cenoura e beterraba), SUCO DE MORANGO	SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ISCAS, MANDIOCA, CENOURA E ABOBRINHA, MAÇÃ			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais	
866,16		144,22	38,59	15,98	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
					531,26	63,30	280,37	4,60
								Sódio (mg)
								307,50

**CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:**

- \* O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- \* As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança
- \* Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.
- \* Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- \* Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	15/07/2024	16/07/2024	17/07/2024	18/07/2024	19/07/2024				
<b>CARDÁPIO 16</b> Desjejum 7:30	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	VITAMINA DE FRUTAS BISCOITO SIMPLES	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM MARGARINA	MINGAU DE AVEIA + BANANA				
<b>CARDÁPIO 17</b> Colação 9:00	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MELÃO	BANANA	SUCO DE UVA	PÊRA				
<b>CARDÁPIO 18</b> Almoço 10:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE SUCO DE ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, SALADA DE BETERRABA RALADA MAMÃO	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO SALADA DE BATATA, CENOURA E CHEIRO VERDE SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL AO VINAGRETE SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, BANANA	ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE FRANGO, SALADA DE CHICORIA SUCO DE MELÃO				
<b>CARDÁPIO 19</b> Lanche da tarde 13:00	SUCO DE MARACUJÁ PÃO COM FRANGO DESFIADO, TOMATE E ALFACE	CHA DE CIDREIRA TORTA DE CARNE	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã e mamão)	LEITE COM CHOCOLATE 32% FLOCOS DE MILHO MAÇÃ	SUCO DE ACEROLA COM LARANJA PÃO DE FORMA COM QUEIJO E TOMATE				
<b>CARDÁPIO 20</b> Jantar 15:00	POLENTA, FEIJÃO, FRANGO, SALADA DE CHICÓRIA MELÃO	SOPA DE MACARRÃO, CARNE CUBOS, CALDO DE FEIJÃO, BRÓCOLIS, CHUCHU E CARÁ, SUCO DE MANGA	SOPA DE ARROZ, ISCAS, INHAME, ALMEIRÃO E ABÓBORA, MELANCIA	RISOTO DE FRANGO COM CENOURA E ABOBRINHA, FEIJÃO, SALADA DE ALMEIRÃO SUCO DE ACEROLA	SOPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA DOCE, CHUCHU, CENOURA E CATALONIA MAÇÃ				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
A (RE)		C (mg)		Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)			
973,96		159,00	39,00	33,00	454,93	120,82	345,24	4,80	299,50

**CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:**

- \* O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- \* As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança
- \* Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.
- \* Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- \* Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE  
Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	22/07/2024	23/07/2024	24/07/2024	25/07/2024	26/07/2024				
<b>CARDÁPIO 16</b> Desjejum 7:30	FLOCOS DE MILHO COM LEITE MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	MINGAU DE AVEIA + BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAÇÃ				
<b>CARDÁPIO 17</b> Colação 9:00	MELÃO	CREME DE ABACATE	SUCO DE ACÉROLA	BANANA	SUCO DE LARANJA LIMA COM MAMÃO				
<b>CARDÁPIO 18</b> Almoço 10:30	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM LEGUMES (cenoura, vagem e abobrinha) SALADA DE TOMATE COM CEBOLA, SUCO DE MANGA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO BRANCO, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES SALADA DE REPOLHO COM RUCULA SUCO DE ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, JARDINEIRA DE LEGUMES (abóbora, abobrinha e chuchu) SALADA DE CATALONIA SUCO DE UVA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM BATATAS SALADA DE ALFACE COM CEBOLA, BANANA				
<b>CARDÁPIO 19</b> Lanche da tarde 13:00	SUCO DE TANGERINA PÃO DE CENOURA COM CARNE MOIDA AO SUGO	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, pêra)	CHÁ DE CAMOMILA TORTA DE FRANGO	LEITE COM CHOCOLATE 32% BISCOITO SIMPLES	SUCO DE UVA PÃO COM CARNE DESFIADA E CENOURA RALADA				
<b>CARDÁPIO 20</b> Jantar 15:00	SOPA DE FUBÁ, OVO, BATATA, TOMATE E CHICÓRIA, MAMÃO	MACARRÃO COM CARNE EM CUBOS AO SUGO COM CENOURA E VAGEM SALADA DE COUVE SUCO DE MAÇÃ	SOPA DE ARROZ, FRANGO, BATATA DOCE, CABOTIÃ E COUVE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA, SALADA DE ESCAROLA, SUCO DE MELANCIA	SOPA DE MACARRÃO, FRANGO, CALDO DE FEIJÃO, CARÁ, CABOTIÃ E ALMEIRÃO ABACAXI				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>	<b>Minerais</b>			
					<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
	968,50	155,00	39,00	33,00	1.819,32	98,82	320,86	4,58	278,60

**CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:**

- \* O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- \* As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança
- \* Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.
- \* Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- \* Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

  
 Carolina Mendes Alves  
 Nutricionista CRN 316089  
 Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



**CARDÁPIO 16 à 20 - CRIANÇAS DE 01 à 03 ANOS**  
**MERENDA ITU - 5ª semana**



	<b>Segunda-Feira</b> 29/07/2024	<b>Terça-Feira</b> 30/07/2024	<b>Quarta-Feira</b> 31/07/2024	<b>Quinta-Feira</b> 01/08/2024	<b>Sexta-feira</b> 02/08/2024				
<b>CARDÁPIO 16</b> Desjejum 7:30	MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM MARGARINA	VITAMINA DE FRUTAS BISCOITO SIMPLES						
<b>CARDÁPIO 17</b> Colação 9:00	SUCO DE MAMÃO	CREME DE ABACATE	SUCO DE MELÃO						
<b>CARDÁPIO 18</b> Almoço 10:30	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE AMEIRÃO COM CEBOLA MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba), SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM ABÓBORA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA LARANJA						
<b>CARDÁPIO 19</b> Lanche da tarde 13:00	SUCO DE MORANGO PÃO INTEGRAL COM QUEIJO E TOMATE	CHÁ DE HORTELÃ TORTA DE CARNE	LEITE COM CHOCOLATE 32% FLOCOS DE MILHO MAMÃO						
<b>CARDÁPIO 20</b> Jantar 15:00	SOPA DE FUBÁ, FRANGO, INHAME, ABOBRINHA E ABÓBORA LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA, VAGEM E CENOURA, SALADA DE ALFACE, SUCO DE MARACUJA	SOPA DE ARROZ, FRANGO, CENOURA, BATATA E ALMEIRÃO MELANCIA						
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
	<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>	<b>Minerais</b>			
	1.070,25	160,83	41,44	46,46	<b>A (RE)</b> 552,11	<b>C (mg)</b> 150,86	<b>Ca (mg)</b> 479,76	<b>Fe (mg)</b> 4,78	<b>Sódio (mg)</b> 310,50

**CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:**

- \* O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- \* As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança
- \* Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsa.
- \* Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- \* Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



Segunda-Feira 01/07/2024		Terça-Feira 02/07/2024		Quarta-Feira 3/7/2024		Quinta-Feira 4/7/2024		Sexta-feira 5/7/2024	
ARROZ, CARNE MOÍDA ENSOPADA COM LEGUMES (batata, cenoura e chuchu), SALADA DE REPOLHO COM TOMATE MELÃO		ARROZ, PERNIL COM BRÓCOLIS, SALADA DE PEPINO COM CENOURA SUCO DE MANGA		MACARRÃO AO SUGO, FRANGO ASSADO COM BATATAS SALADA DE LEGUMES BANANA		ARROZ, CARNE EM CUBOS COM TOMATE E CENOURA. SALADA DE ALFACE, TANGERINA		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM TOMATE E CENOURA, SALADA DE FOLHAS MISTAS SUCO DE MAMÃO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
283,98	45,00	10,00		7,00		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) Sódio (mg)
						153,54	28,90	33,96	1,36 391,21
Segunda-Feira 8/7/2024		Terça-feira 9/7/2024		Quarta-Feira 10/7/2024		Quinta-feira 11/7/2024		Sexta-Feira 12/7/2024	
PONTO FACULTATIVO		FERIADO		ARROZ, CARNE MOIDA COM LEGUMES SALADA DE ALMEIRÃO COM TOMATE SUCO DE ACEROLA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA, PURÊ DE ABOBORA BANANA		ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE VINAGRETE LARANJA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
283,45	49,67	11,19		4,84		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) Sódio (mg)
						158,13	114,06	37,03	1,57 377,94
Segunda-Feira 15/07/2024		Terça-feira 16/07/2024		Quarta-Feira 17/07/2024		Quinta-feira 18/07/2024		Sexta-Feira 19/07/2024	
ARROZ, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE SUCO DE ABACAXI		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA SALADA DE BETERRABA RALADA MAÇÃ		MACARRÃO COM FRANGO SALADA DE BATATA, CENOURA E CHEIRO VERDE, SUCO DE MARACUJA COM LARANJA		ARROZ, FEIJÃO, PERNIL AO VINAGRETE SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA BANANA		ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE FRANGO, SALADA DE CHICORIA MELÃO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
488,76	83,00	22,00		8,00		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) Sódio (mg)
						136,50	19,74	47,51	2,24 286,62
Segunda-Feira 22/07/2024		Terça-feira 23/07/2024		Quarta-Feira 24/07/2024		Quinta-feira 25/07/2024		Sexta-Feira 26/07/2024	
ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM LEGUMES (cenoura, vagem e abobrinha), SALADA DE TOMATE COM CEBOLA SUCO DE MANGA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA AO SUGO, PURE DE BATATA, SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA		ARROZ, CARNE DE PANELA, FAROFA DE LEGUMES, SALADA DE REPOLHO COM RUCULA ABACAXI		MACARRÃO COM ATUM, JARDINEIRA DE LEGUMES (abóbora, abobrinha e chuchu) SALADA DE CATALONIA SUCO DE UVA		ARROZ, FRANGO COM BATATAS, SALADA DE ALFACE COM CEBOLA BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
322,16	54,00	14,00		7,00		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) Sódio (mg)
						1.495,33	16,21	40,55	1,92 345,56
Segunda-Feira 29/07/2024		Terça-Feira 30/07/2024		Quarta-Feira 31/07/2024		Quinta-Feira 01/08/2024		Sexta-Feira 02/08/2024	
ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA REFOGADA, SALADA DE AMEIRÃO COM CEBOLA MELÃO		POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA DE LEGUMES (cenoura, abobrinha e beterraba) SUCO DE ACEROLA		ARROZ, PERNIL COM ABOBORA, SALADA DE COUVE COM CEBOLA LARANJA					
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
282,62	46,19	11,28		6,21		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) Sódio (mg)
						216,18	109,70	38,52	1,49 247,54

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apoio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista  
CRN 316089  
Alimentação Escolar



Segunda-Feira 01/07/2024		Terça-Feira 02/07/2024		Quarta-Feira 3/7/2024		Quinta-Feira 4/7/2024		Sexta-feira 5/7/2024	
ARROZ, FEIJÃO, OVOS ESTALADOS AO MOLHO, SALADA DE COUVE, SUCO DE ACEROLA		SOPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ABÓBORA, VAGEM E BATATA, MELANCIA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA, SALADA DE ESCAROLA, SUCO DE MARACUJÁ		PAPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA, CHUCHU E CENOURA, TANGERINA		SOPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, CARÁ, BROCOLIS E CENOURA MELÃO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas			Minerais		
264,25	44,00	13,00	5,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)	
				144,44	76,14	36,33	1,75	159,95	
Segunda-Feira 8/7/2024		Terça-feira 9/7/2024		Quarta-Feira 10/7/2024		Quinta-feira 11/7/2024		Sexta-Feira 12/7/2024	
PONTO FACULTATIVO		FERIADO		SOPA DE ARROZ, FRANGO, ABOBRINHA, INHAME E TOMATE MAÇÃ		MACARRÃO A BOLONHESA, FEIJÃO, SALADA DE LEGUMES (cenoura e beterraba), SUCO DE MORANGO		SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ISCAS, MANDIOCA, CENOURA E ABOBRINHA, MELANCIA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas			Minerais		
257,62	43,07	12,04	4,25	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)	
				62,13	3,87	17,60	1,19	130,47	
Segunda-Feira 15/07/2024		Terça-feira 16/07/2024		Quarta-Feira 17/07/2024		Quinta-feira 18/07/2024		Sexta-Feira 19/07/2024	
POLENTA, FEIJÃO, FRANGO, SALADA DE CHICÓRIA, MELANCIA		SOPA DE MACARRÃO, CARNE CUBOS, CALDO DE FEIJÃO, BRÓCOLIS, CHUCHU E CARÁ, SUCO DE MANGA		SOPA DE ARROZ, ISCAS, INHAME, ALMEIRÃO E ABÓBORA, MELANCIA		RISOTO DE FRANGO COM CENOURA E ABOBRINHA, FEIJÃO, SALADA DE ALMEIRÃO SUCO DE ACEROLA		SOPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA DOCE, CHUCHU, CENOURA E CATALONIA MAÇÃ	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas			Minerais		
273,33	51,00	13,00	3,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)	
				178,08	80,99	32,13	1,68	131,85	
Segunda-Feira 22/07/2024		Terça-feira 23/07/2024		Quarta-Feira 24/07/2024		Quinta-feira 25/07/2024		Sexta-Feira 26/07/2024	
SOPA DE FUBÁ, OVO, BATATA, TOMATE E CHICÓRIA, MAMÃO		MACARRÃO COM CARNE EM CUBOS AO SUGO COM CENOURA E VAGEM SALADA DE COUVE SUCO DE MAÇÃ		SOPA DE ARROZ, FRANGO, BATATA DOCE, CABOTIÃ E COUVE MELÃO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM ABOBRINHA, SALADA DE ESCAROLA, SUCO DE MELANCIA		SOPA DE MACARRÃO, FRANGO, CALDO DE FEIJÃO, CARÁ, CABOTIÃ E ALMEIRÃO ABACAXI	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas			Minerais		
253,08	44,00	12,00	4,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)	
				247,26	29,89	40,12	1,42	141,88	
Segunda-Feira 29/07/2024		Terça-feira 30/07/2024		Quarta-Feira 31/07/2024		Quinta-feira 01/08/2024		Sexta-Feira 02/08/2024	
SOPA DE FUBÁ, FRANGO, INHAME, ABOBRINHA E ABÓBORA SUCO DE LARANJA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM BATATA, VAGEM E CENOURA, SALADA DE ALFACE, SUCO DE MARACUJA		SOPA DE ARROZ, FRANGO, CENOURA, BATATA E ALMEIRÃO MELANCIA					
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas			Minerais		
235,64	41,07	11,80	4,48	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	sódio (mg)	
				142,39	66,85	24,01	1,40	111,99	

Fonte: <https://www.gov.br/fnde/pt-br/aceso-a-informacao/acoes-e-programas/programas/pnae/ferramentas-de-apio-ao-nutricionista>

Planilha cálculos nutricionais: SECRETARIA (MUNICIPAL/ ESTADUAL) DE EDUCAÇÃO DO (MUNICÍPIO/ ESTADO) PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista  
Alimentação Escolar  
CRN 316089