

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RIBEIRÃO DOS ÍNDIOS
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO - CRECHE - MODALIDADE DE ENSINO INFANTIL - ZONA URBANA
FAIXA ETÁRIA 1 A 3 ANOS - PERÍODO INTEGRAL

NOVEMBRO/2025

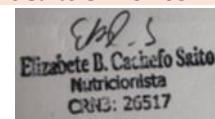
	2ª FEIRA 24/11	3ª FEIRA 25/11	4ª FEIRA 26/11	5ª FEIRA 27/11	6ª FEIRA 28/11
Café da Manhã 07:40h	Leite Pão francês	leite Pão de leite *fruta	Leite Pão francês *fruta	Leite Bolo simples *fruta	Leite Bisnaguinha *fruta
Almoço 10:00 h	Arroz/feijão Bife em iscas acebolado Salada	Arroz/feijão Carne em pedaços com mandioca Couve refogado Salada de Alface	Arroz/Feijão Coxa e sobrecoxa ao molho Chuchu refogado Salada de acelga	Arroz branco Lasanha a bolonhesa Salada de pepino com tomate	Arroz/feijão Filé de tilápia Abobora refogada Salada de repolho com cenoura
Sobremesa Após o almoço	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	Pera
Café da Tarde 13:30h	Bisnaguinha Suco Natural	Bolo simples Suco Natural	Pão de forma com requeijão Leite com cacau	Pão de queijo Suco natural	Biscoito de polvilho Suco Natural
Jantar 16:00h	Arroz/feijão Coxinha da asa Salada	Arroz Polenta Carne moída ao molho Salada de alface	Arroz/feijão Ovos mexidos Salada de acelga	Arroz Bife em iscas ao molho Salada de pepino	Macarrão com carne em iscas Salada

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		911,7	133,12	36,5	25,4	146,8	9,1	349,5
		58,4	15	25,1				2,14

*Alguns alimentos / produtos poderão ser trocados ou substituídos por alimentos / produtos equivalentes por motivos de intempéries e/ou problema de entrega.

*Obs: oferecer fruta no café da manhã para as crianças que não se alimentarem bem nesta refeição.

Elizabete Balthazar Cacheo Saito CRN 3 26517



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RIBEIRÃO DOS ÍNDIOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE - MODALIDADE DE ENSINO INFANTIL - ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA 1 A 3 ANOS -

PERÍODO INTEGRAL SEM CORANTE E CONSERVANTE

novembro/2025

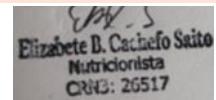
	2ª FEIRA 24/11	3ª FEIRA 25/11	4ª FEIRA 26/11	5ª FEIRA 27/11	6ª FEIRA 28/11
Café da Manhã 07:40h	Leite Pão francês	leite Pão de leite *fruta	Leite Pão francês *fruta	Leite Bolo simples *fruta	Leite Pão francês *fruta
Almoço 10:00 h	Arroz/feijão Bife em iscas acebolado Salada	Arroz/feijão Carne em pedaços com mandioca Couve refogado Salada de Alface	Arroz/Feijão Coxa e sobrecoxa ao molho Chuchu refogado Salada de acelga	Arroz branco Lasanha a bolonhesa com mussarela Salada de pepino com tomate	Arroz/feijão Filé de tilápia Abobora refogada Salada de repolho com cenoura
Sobremesa após o almoço	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	Pera
Café da Tarde 13:30h	iogurte natural Fruta	Bolo simples Suco Natural	Pão francês Leite com cacau	Pão de queijo Suco natural	iogurte natural Fruta
Jantar 16:00h	Arroz/feijão Coxinha da asa Salada	Arroz Polenta Carne moida ao molho Salada de alface	Arroz/feijão Ovos mexidos Salada de acelga	Arroz Bife em iscas ao molho Salada de pepino	Macarrão com carne em iscas Salada

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	900,7	130,3	35,1	24,6	151	9,2	357	3,1
		57,9	15	24,3				

*Alguns alimentos / produtos poderão ser trocados ou substituídos por alimentos / produtos equivalentes por motivos de intempérie e/ou problema de entrega.

Elizabete Balthazar Cachefo Saito CRN 3 26517




 Elizabete B. Cachefo Saito
 Nutricionista
 CRN3: 26517

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE RIBEIRÃO DOS ÍNDIOS

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE - MODALIDADE DE ENSINO INFANTIL - ZONA URBANA

FAIXA ETÁRIA 1 A 3 ANOS -

PERÍODO INTEGRAL INTOLERANCIA A LACTOSE

novembro/2025

	2ª FEIRA 24/11	3ª FEIRA 25/11	4ª FEIRA 26/11	5ª FEIRA 27/11	6ª FEIRA 28/11
Café da Manhã 07:40h	Leite especial Pão francês	Leite especial Bisnaguinha sem lactose	Leite especial Pão francês	Leite especial Pão francês	Leite especial Bisnaguinha sem lactose
Almoço 10:00 h	Arroz/feijão Bife em iscas acebolado Salada	Arroz/feijão Carne em pedaços com mandioca Couve refogado Salada de Alface	Arroz/Feijão Coxa e sobrecoxa ao molho Chuchu refogado Salada de acelga	Arroz branco Carne moida em molho Salada de pepino com tomate	Arroz/feijão Filé de tilápia Abobora refogada Salada de repolho com cenoura
Sobremesa Após o almoço	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	Pera
Café da Tarde 13:30h	Bisnaguinha sem lactose Suco Natural	Bisnaguinha sem lactose Suco Natural	Leite especial Pão sem lactose	Suco natural Bolo simples sem leite	Leite especial com cacau Bisnaguinha sem lactose
Jantar 16:00h	Arroz/feijão Coxinha da asa Salada	Arroz Polenta Carne moida ao molho Salada de alface	Arroz/feijão Ovos mexidos Salada de acelga	Arroz Bife em iscas ao molho Salada de pepino	Macarrão com carne em iscas Salada

Composição nutricional (Média semanal)	Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
		137,72	37,8	23,41				
	912,9	60,3	15	23,1	161,6	11,8	335,1	3,8

*Alguns alimentos / produtos poderão ser trocados ou substituídos por alimentos / produtos equivalentes por motivos de intempérie e/ou problema de entrega.

Elizabete Balthazar Cachefo Saito CRN 3 26517

