



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAIPULÂNDIA/ PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

MODALIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL

FAIXA ETÁRIA: 4 anos a 10 anos

ESCOLA MUNICIPAL CARLOS GOMES - EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

NOVEMBRO / 2024

1ª SEMANA	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24
04/11/2024 à 08/11/2024	Salada: Repolho com cenoura Macarrão Molho de carne moída	Pão caseiro Omelete Leite com cacau em pó Fruta	Salada: Alface Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada	Pipoca Suco de fruta natural Fruta	Salada: Repolho / Tomate Galinhada
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	443,41Kcal	67g 57%	19g 16%	10g 27%	398,55mg
2ª SEMANA	2ª FEIRA 11/11/24	3ª FEIRA 12/11/24	4ª FEIRA 13/11/24	5ª FEIRA 14/11/24	6ª FEIRA 15/11/24
11/11/24 à 15/11/24	Salada: Repolho Polenta Molho de carne moída	Pão Francês Molho de carne moída Chá mate	Salada: Alface Galinhada Fruta	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Com carne de gado Fruta	FERIADO
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	421,21Kcal	66g 49%	21g 17%	8g 14%	173,42mg

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL CARLOS GOMES

3ª SEMANA	2ª FEIRA 18/11/24	3ª FEIRA 19/11/24	4ª FEIRA 20/11/24	5ª FEIRA 21/11/24	6ª FEIRA 22/11/24
18/11/24 à 22/11/24	Salada: Repolho com cenoura Macarrão Molho de carne moída	Pão caseiro Manteiga ou nata Chá mate Fruta	Salada: Alface Arroz / Feijão Molho de carne moída	logurte Cereal Biscoito Fruta	Salada: Beterraba com ovos cozidos / Repolho Galinhada
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	499,13Kcal	80g	21g	10g	260,70mg
		63%	17%	19%	
4ª SEMANA	2ª FEIRA 25/11/24	3ª FEIRA 26/11/24	4ª FEIRA 27/11/24	5ª FEIRA 28/11/24	6ª FEIRA 29/11/24
25/11/24 à 29/11/24	Salada: Repolho Polenta Molho de carne moída	Pão Francês Presunto e queijo Chá mate	Salada: Alface Galinhada Fruta	Sagu com suco de uva Biscoito Fruta	Salada: Repolho / Tomate Arroz / Feijão Molho de Carne moída
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	470,85Kcal	75g	20g	10g	342,18mg
		64%	17%	19%	

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372

- Horários dos lanches da manhã: 08h55 às 09h10 / 09h10 às 09h25 / 09h25 às 09h40 / 09h30

- Horários dos lanches da tarde: 13h55 às 14h10 / 14h10 às 14h25 / 14h25 às 14h40 / 14h40 às 14h55 / 14h55 às 15h10



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL CARLOS GOMES

Orientações de acordo com a Resolução CD/FNDE de nº 06 de 08 de maio de 2020:

- Acrescentar pouco sal e pouco óleo nas preparações;
- Não fazer frituras;
- Evitar fornecer **açúcar** nas preparações para as crianças;
- Não fazer bolo com cobertura ou recheados.
- Pode se utilizar para adoçar as preparações: as tâmaras, as uvas-passas, as bananas, as laranjas e as cenouras;
- A maçã ajuda adoçar a canjica e o sagu;

Obs:

As saladas poderão ser substituídas, quando necessário por outros tipos de salada.

As frutas poderão ser substituídas, quando necessário.

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN OU DOENÇA CELÍACA:

- **Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações. Só utilizar se tiver escrito “Sem Glúten”;**
- **PARA O PREPARO DOS ALIMENTOS SEM GLÚTEN:**
- As preparações sem glúten precisam ser feitas em local exclusivo (diferente do local que se faz as preparações com trigo);
- Deve-se utilizar utensílios **exclusivos** para as preparações de alimentos sem glúten;
- As esponjas e buchas para lavar a louça. Também precisam ser exclusivas e separadas;
- O macarrão sempre utilizar o de arroz;
- O arroz sempre sem glúten;
- Os pães e bolos sempre sem glúten (pode se utilizar farinha de milho sem glúten; biju sem glúten, farinha de arroz sem glúten, amido de milho sem glúten, polvilho doce ou azedo sem glúten, farinha de mandioca sem glúten ou mix de farinhas sem glúten);
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM GLÚTEN”.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL CARLOS GOMES

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE (LEITE):

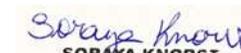
- Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações, se tiver **leite e derivados, não utilizar.**
- Se a criança tiver **intolerância à lactose** o substituir o leite por **leite sem lactose**;
- Os alimentos derivados de leite também deverão ser sem lactose;
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTO, PARA CONFIRMAR “SEM LACTOSE”.

APLV - ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA:

- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)**, não deve consumir leite e seus derivados e nenhum produto que contenha o leite e seus derivados.
- **Se a criança tiver APLV (alergia à proteína do leite de vaca) o leite poderá ser substituído por:** suco de fruta natural, água, leite de soja ou outro leite de origem vegetal.

SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM LEITE”.

OBS: Os pães da Agricultura Familiar não têm em sua composição leite e ovos.


SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAIPULÂNDIA/ PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

MODALIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL

FAIXA ETÁRIA: 4 anos a 10 anos

ESCOLA MUNICIPAL JOÃO LORINI - EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

NOVEMBRO / 2024

1ª SEMANA	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24
04/11/2024 à 08/11/2024	Salada: Repolho com cenoura Macarrão Molho de carne moída	Pão caseiro Omelete Leite com cacau em pó Fruta	Salada: Alface Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada	Pipoca Suco de fruta natural Fruta	Salada: Repolho / Tomate Galinhada
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
	MÉDIA SEMANAL	443,21Kcal	66g 55%	21g 17%	10g 27%
2ª SEMANA	2ª FEIRA 11/11/24	3ª FEIRA 12/11/24	4ª FEIRA 13/11/24	5ª FEIRA 14/11/24	6ª FEIRA 15/11/24
11/11/24 à 15/11/24	Salada: Repolho Polenta Molho de carne moída	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Com carne de gado	Pão Francês Molho de carne moída Chá mate Fruta	Salada: Alface Galinhada Fruta	FERIADO
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
	MÉDIA SEMANAL	421,21Kcal	66g 49%	21g 17%	8g 14%

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL JOÃO LORINI

3ª SEMANA	2ª FEIRA 18/11/24	3ª FEIRA 19/11/24	4ª FEIRA 20/11/24	5ª FEIRA 21/11/24	6ª FEIRA 22/11/24
18/11/24 à 22/11/24	Salada: Repolho com cenoura Macarrão Molho de carne moída	Pão caseiro Manteiga ou nata Chá mate Fruta	Salada: Alface Arroz / Feijão Molho de carne moída	logurte Cereal Biscoito Fruta	Salada: Beterraba com ovos cozidos / Repolho Galinhada
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	499,13Kcal	80g	21g	10g	260,70mg
		63%	17%	19%	
4ª SEMANA	2ª FEIRA 25/11/24	3ª FEIRA 26/11/24	4ª FEIRA 27/11/24	5ª FEIRA 28/11/24	6ª FEIRA 29/11/24
25/11/24 à 29/11/24	Salada: Repolho Polenta Molho de carne moída	Sagu com suco de uva Biscoito Fruta	Pão Francês Presunto e queijo Chá mate	Salada: Alface Galinhada Fruta	Salada: Repolho / Tomate Arroz / Feijão Molho de Carne moída
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	470,85Kcal	75g	20g	10g	342,18mg
		64%	17%	19%	

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372

- Horários dos lanches da manhã: 09h25 às 09h45
- Horários dos lanches da tarde: 14h25 às 14h45 / 14h45 às 15h



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL JOÃO LORINI

Orientações de acordo com a Resolução CD/FNDE de nº 06 de 08 de maio de 2020:

- Acrescentar pouco sal e pouco óleo nas preparações;
- Não fazer frituras;
- Evitar fornecer **açúcar** nas preparações para as crianças;
- Não fazer bolo com cobertura ou recheados.
- Pode se utilizar para adoçar as preparações: as tâmaras, as uvas-passas, as bananas, as laranjas e as cenouras;
- A maçã ajuda adoçar a canjica e o sagu;

Obs:

As saladas poderão ser substituídas, quando necessário por outros tipos de salada.

As frutas poderão ser substituídas, quando necessário.

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN OU DOENÇA CELÍACA:

- **Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações. Só utilizar se tiver escrito “Sem Glúten”;**
- **PARA O PREPARO DOS ALIMENTOS SEM GLÚTEN:**
- As preparações sem glúten precisam ser feitas em local exclusivo (diferente do local que se faz as preparações com trigo);
- Deve-se utilizar utensílios **exclusivos** para as preparações de alimentos sem glúten;
- As esponjas e buchas para lavar a louça. Também precisam ser exclusivas e separadas;
- O macarrão sempre utilizar o de arroz;
- O arroz sempre sem glúten;
- Os pães e bolos sempre sem glúten (pode se utilizar farinha de milho sem glúten; biju sem glúten, farinha de arroz sem glúten, amido de milho sem glúten, polvilho doce ou azedo sem glúten, farinha de mandioca sem glúten ou mix de farinhas sem glúten);
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM GLÚTEN”.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL JOÃO LORINI

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE (LEITE):

- Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações, se tiver **leite e derivados, não utilizar.**
- Se a criança tiver **intolerância à lactose** o substituir o leite por **leite sem lactose**;
- Os alimentos derivados de leite também deverão ser sem lactose;
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTO, PARA CONFIRMAR “SEM LACTOSE”.

APLV - ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA:

- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)**, não deve consumir leite e seus derivados e nenhum produto que contenha o leite e seus derivados.
- **Se a criança tiver APLV (alergia à proteína do leite de vaca) o leite poderá ser substituído por:** suco de fruta natural, água, leite de soja ou outro leite de origem vegetal.
SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM LEITE”.

OBS: Os pães da Agricultura Familiar não têm em sua composição leite e ovos.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAIPULÂNDIA/ PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

MODALIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL

FAIXA ETÁRIA: 4 anos a 10 anos

ESCOLA MUNICIPAL D. LEOPOLDINA - EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

NOVEMBRO / 2024

1ª SEMANA	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24
04/11/2024 à 08/11/2024	Salada: Repolho com cenoura Macarrão Molho de carne moída	Pão caseiro Omelete Leite com cacau em pó Fruta	Salada: Alface Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada	Pipoca Suco de fruta natural Fruta	Salada: Repolho / Tomate Galinhada
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
	MÉDIA SEMANAL	443,21Kcal	66g 55%	21g 17%	10g 27%
2ª SEMANA	2ª FEIRA 11/11/24	3ª FEIRA 12/11/24	4ª FEIRA 13/11/24	5ª FEIRA 14/11/24	6ª FEIRA 15/11/24
11/11/24 à 15/11/24	Salada: Repolho Polenta Molho de carne moída	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Com carne de gado	Salada: Alface Galinhada Fruta	Pão Francês Molho de carne moída Chá mate Fruta	FERIADO
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
	MÉDIA SEMANAL	421,21Kcal	66g 49%	21g 17%	8g 14%

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL D. LEOPOLDINA

3ª SEMANA	2ª FEIRA 18/11/24	3ª FEIRA 19/11/24	4ª FEIRA 20/11/24	5ª FEIRA 21/11/24	6ª FEIRA 22/11/24
18/11/24 à 22/11/24	Salada: Repolho com cenoura Macarrão Molho de carne moída	Pão caseiro Manteiga ou nata Chá mate Fruta	Salada: Alface Arroz / Feijão Molho de carne moída	logurte Cereal Biscoito Fruta	Salada: Beterraba com ovos cozidos / Repolho Galinhada
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	499,13Kcal	80g	21g	10g	260,70mg
		63%	17%	19%	
4ª SEMANA	2ª FEIRA 25/11/24	3ª FEIRA 26/11/24	4ª FEIRA 27/11/24	5ª FEIRA 28/11/24	6ª FEIRA 29/11/24
25/11/24 à 29/11/24	Salada: Repolho Polenta Molho de carne moída	Sagu com suco de uva Biscoito Fruta	Salada: Alface Galinhada Fruta	Pão Francês Presunto e queijo Chá mate	Salada: Repolho / Tomate Arroz / Feijão Molho de Carne moída
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	470,85Kcal	75g	20g	10g	342,18mg
		64%	17%	19%	

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372

- Horários dos lanches da manhã: 09h às 09h15 / 09h15 às 09h30 / 09h30 às 09h45

- Horários dos lanches da tarde: 14h30 às 14h45 / 14h45 às 15h / 15h às 15h15



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL D. LEOPOLDINA

Orientações de acordo com a Resolução CD/FNDE de nº 06 de 08 de maio de 2020:

- Acrescentar pouco sal e pouco óleo nas preparações;
- Não fazer frituras;
- Evitar fornecer **açúcar** nas preparações para as crianças;
- Não fazer bolo com cobertura ou recheados.
- Pode se utilizar para adoçar as preparações: as tâmaras, as uvas-passas, as bananas, as laranjas e as cenouras;
- A maçã ajuda adoçar a canjica e o sagu;

Obs:

As saladas poderão ser substituídas, quando necessário por outros tipos de salada.

As frutas poderão ser substituídas, quando necessário.

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN OU DOENÇA CELÍACA:

- **Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações. Só utilizar se tiver escrito “Sem Glúten”;**
- **PARA O PREPARO DOS ALIMENTOS SEM GLÚTEN:**
- As preparações sem glúten precisam ser feitas em local exclusivo (diferente do local que se faz as preparações com trigo);
- Deve-se utilizar utensílios **exclusivos** para as preparações de alimentos sem glúten;
- As esponjas e buchas para lavar a louça. Também precisam ser exclusivas e separadas;
- O macarrão sempre utilizar o de arroz;
- O arroz sempre sem glúten;
- Os pães e bolos sempre sem glúten (pode se utilizar farinha de milho sem glúten; biju sem glúten, farinha de arroz sem glúten, amido de milho sem glúten, polvilho doce ou azedo sem glúten, farinha de mandioca sem glúten ou mix de farinhas sem glúten);
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM GLÚTEN”.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL D. LEOPOLDINA

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE (LEITE):

- Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações, se tiver **leite e derivados, não utilizar.**
- Se a criança tiver **intolerância à lactose** o substituir o leite por **leite sem lactose**;
- Os alimentos derivados de leite também deverão ser sem lactose;
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTO, PARA CONFIRMAR “SEM LACTOSE”.

APLV - ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA:

- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)**, não deve consumir leite e seus derivados e nenhum produto que contenha o leite e seus derivados.
- **Se a criança tiver APLV (alergia à proteína do leite de vaca) o leite poderá ser substituído por:** suco de fruta natural, água, leite de soja ou outro leite de origem vegetal.
SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM LEITE”.

OBS: Os pães da Agricultura Familiar não têm em sua composição leite e ovos.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAIPULÂNDIA/ PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

MODALIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL

FAIXA ETÁRIA: 4 anos a 10 anos

ESCOLA MUNICIPAL RONDÔNIA - EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

NOVEMBRO / 2024

1ª SEMANA	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24
04/11/2024 à 08/11/2024	Salada: Repolho com cenoura Macarrão Molho de carne moída	Pão caseiro Omelete Leite com cacau em pó Fruta	Salada: Alface Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada	Pipoca Suco de fruta natural Fruta	Salada: Repolho / Tomate Galinhada
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	443,41Kcal	67g 57%	19g 16%	10g 27%	398,55mg
2ª SEMANA	2ª FEIRA 11/11/24	3ª FEIRA 12/11/24	4ª FEIRA 13/11/24	5ª FEIRA 14/11/24	6ª FEIRA 15/11/24
11/11/24 à 15/11/24	Pão Francês Molho de carne moída Chá mate	Salada: Repolho Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Galinhada Fruta	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Com carne de gado Fruta	FERIADO
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	421,21Kcal	66g 49%	21g 17%	8g 14%	173,42mg

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL RONDÔNIA

3ª SEMANA	2ª FEIRA 18/11/24	3ª FEIRA 19/11/24	4ª FEIRA 20/11/24	5ª FEIRA 21/11/24	6ª FEIRA 22/11/24
18/11/24 à 22/11/24	Salada: Repolho com cenoura Macarrão Molho de carne moída	Pão caseiro Manteiga ou nata Chá mate Fruta	Salada: Alface Arroz / Feijão Molho de carne moída	logurte Cereal Biscoito Fruta	Salada: Beterraba com ovos cozidos / Repolho Galinhada
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	499,13Kcal	80g	21g	10g	260,70mg
		63%	17%	19%	
4ª SEMANA	2ª FEIRA 25/11/24	3ª FEIRA 26/11/24	4ª FEIRA 27/11/24	5ª FEIRA 28/11/24	6ª FEIRA 29/11/24
25/11/24 à 29/11/24	Pão Francês Presunto e queijo Chá mate	Salada: Repolho Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Galinhada Fruta	Sagu com suco de uva Biscoito Fruta	Salada: Repolho / Tomate Arroz / Feijão Molho de Carne moída
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	470,85Kcal	75g	20g	10g	342,18mg
		64%	17%	19%	

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372

- Horários dos lanches da manhã: 08h30 às 08h45 / 08h40 às 08h55 / 09h10 às 09h25 / 09h25 às 09h45
- Horários dos lanches da tarde: 14h20 às 14h35 / 14h40 às 15h / 15h às 15h15 / 15h15 às 15h30



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL RONDÔNIA

Orientações de acordo com a Resolução CD/FNDE de nº 06 de 08 de maio de 2020:

- Acrescentar pouco sal e pouco óleo nas preparações;
- Não fazer frituras;
- Evitar fornecer **açúcar** nas preparações para as crianças;
- Não fazer bolo com cobertura ou recheados.
- Pode se utilizar para adoçar as preparações: as tâmaras, as uvas-passas, as bananas, as laranjas e as cenouras;
- A maçã ajuda adoçar a canjica e o sagu;

Obs:

As saladas poderão ser substituídas, quando necessário por outros tipos de salada.

As frutas poderão ser substituídas, quando necessário.

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN OU DOENÇA CELÍACA:

- **Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações. Só utilizar se tiver escrito “Sem Glúten”;**
- **PARA O PREPARO DOS ALIMENTOS SEM GLÚTEN:**
- As preparações sem glúten precisam ser feitas em local exclusivo (diferente do local que se faz as preparações com trigo);
- Deve-se utilizar utensílios **exclusivos** para as preparações de alimentos sem glúten;
- As esponjas e buchas para lavar a louça. Também precisam ser exclusivas e separadas;
- O macarrão sempre utilizar o de arroz;
- O arroz sempre sem glúten;
- Os pães e bolos sempre sem glúten (pode se utilizar farinha de milho sem glúten; biju sem glúten, farinha de arroz sem glúten, amido de milho sem glúten, polvilho doce ou azedo sem glúten, farinha de mandioca sem glúten ou mix de farinhas sem glúten);
- **SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM GLÚTEN”.**

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL RONDÔNIA

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE (LEITE):

- Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações, se tiver **leite e derivados, não utilizar.**
- Se a criança tiver **intolerância à lactose** o substituir o leite por **leite sem lactose**;
- Os alimentos derivados de leite também deverão ser sem lactose;
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTO, PARA CONFIRMAR “SEM LACTOSE”.

APLV - ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA:

- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)**, não deve consumir leite e seus derivados e nenhum produto que contenha o leite e seus derivados.
- **Se a criança tiver APLV (alergia à proteína do leite de vaca) o leite poderá ser substituído por:** suco de fruta natural, água, leite de soja ou outro leite de origem vegetal.

SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM LEITE”.

OBS: Os pães da Agricultura Familiar não têm em sua composição leite e ovos.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE ITAIPULÂNDIA/ PARANÁ
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO

MODALIDADE DE ENSINO FUNDAMENTAL

FAIXA ETÁRIA: 4 anos a 10 anos

ESCOLA MUNICIPAL MULTI-EDUCAR - EDUCAÇÃO INFANTIL E ENSINO FUNDAMENTAL

NOVEMBRO / 2024

1ª SEMANA	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24
04/11/2024 à 08/11/2024	Salada: Repolho com cenoura Macarrão Molho de carne moída	Pão caseiro Omelete Leite com cacau em pó Fruta	Salada: Alface Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada	Pipoca Suco de fruta natural Fruta	Salada: Repolho / Tomate Galinhada
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
	MÉDIA SEMANAL	443,21Kcal	66g 55%	21g 17%	10g 27%
2ª SEMANA	2ª FEIRA 11/11/24	3ª FEIRA 12/11/24	4ª FEIRA 13/11/24	5ª FEIRA 14/11/24	6ª FEIRA 15/11/24
11/11/24 à 15/11/24	Salada: Repolho Polenta Molho de carne moída	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Com carne de gado	Pão Francês Molho de carne moída Chá mate Fruta	Salada: Alface Galinhada Fruta	FERIADO
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
	MÉDIA SEMANAL	421,21Kcal	66g 49%	21g 17%	8g 14%

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL MULTI-EDUCAR

3ª SEMANA	2ª FEIRA 18/11/24	3ª FEIRA 19/11/24	4ª FEIRA 20/11/24	5ª FEIRA 21/11/24	6ª FEIRA 22/11/24
18/11/24 à 22/11/24	Salada: Repolho com cenoura Macarrão Molho de carne moída	Pão caseiro Manteiga ou nata Chá mate Fruta	Salada: Alface Arroz / Feijão Molho de carne moída	logurte Cereal Biscoito Fruta	Salada: Beterraba com ovos cozidos / Repolho Galinhada
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	499,13Kcal	80g	21g	10g	260,70mg
		63%	17%	19%	
4ª SEMANA	2ª FEIRA 25/11/24	3ª FEIRA 26/11/24	4ª FEIRA 27/11/24	5ª FEIRA 28/11/24	6ª FEIRA 29/11/24
25/11/24 à 29/11/24	Salada: Repolho Polenta Molho de carne moída	Sagu com suco de uva Biscoito Fruta	Pão Francês Presunto e queijo Chá mate	Salada: Alface Galinhada Fruta	Salada: Repolho / Tomate Arroz / Feijão Molho de Carne moída
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATO (g) 55% a 65% DO VET	PROTEÍNAS (g) 10% a 15% DO VET	LIPÍDIOS (g) 25% a 35% DO VET	SÓDIO (mg)
MÉDIA SEMANAL	470,85Kcal	75g	20g	10g	342,18mg
		64%	17%	19%	

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372

- Horários dos lanches da manhã: 09h às 09h15 / 09h15 às 09h30 / 09h30 às 09h45
- Horários dos lanches da tarde: 14h30 às 14h45 / 14h45 às 15h / 15h às 15h15



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL MULTI-EDUCAR

Orientações de acordo com a Resolução CD/FNDE de nº 06 de 08 de maio de 2020:

- Acrescentar pouco sal e pouco óleo nas preparações;
- Não fazer frituras;
- Evitar fornecer **açúcar** nas preparações para as crianças;
- Não fazer bolo com cobertura ou recheados.
- Pode se utilizar para adoçar as preparações: as tâmaras, as uvas-passas, as bananas, as laranjas e as cenouras;
- A maçã ajuda adoçar a canjica e o sagu;

Obs:

As saladas poderão ser substituídas, quando necessário por outros tipos de salada.

As frutas poderão ser substituídas, quando necessário.

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN OU DOENÇA CELÍACA:

- **Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações. Só utilizar se tiver escrito “Sem Glúten”;**
- **PARA O PREPARO DOS ALIMENTOS SEM GLÚTEN:**
 - As preparações sem glúten precisam ser feitas em local exclusivo (diferente do local que se faz as preparações com trigo);
 - Deve-se utilizar utensílios **exclusivos** para as preparações de alimentos sem glúten;
 - As esponjas e buchas para lavar a louça. Também precisam ser exclusivas e separadas;
 - O macarrão sempre utilizar o de arroz;
 - O arroz sempre sem glúten;
 - Os pães e bolos sempre sem glúten (pode se utilizar farinha de milho sem glúten; biju sem glúten, farinha de arroz sem glúten, amido de milho sem glúten, polvilho doce ou azedo sem glúten, farinha de mandioca sem glúten ou mix de farinhas sem glúten);
- **SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM GLÚTEN”.**

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

ESCOLA MUNICIPAL MULTI-EDUCAR

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE (LEITE):

- Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações, se tiver **leite e derivados, não utilizar.**
- Se a criança tiver **intolerância à lactose** o substituir o leite por **leite sem lactose**;
- Os alimentos derivados de leite também deverão ser sem lactose;
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTO, PARA CONFIRMAR “SEM LACTOSE”.

APLV - ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA:

- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)**, não deve consumir leite e seus derivados e nenhum produto que contenha o leite e seus derivados.
- **Se a criança tiver APLV (alergia à proteína do leite de vaca) o leite poderá ser substituído por:** suco de fruta natural, água, leite de soja ou outro leite de origem vegetal.

SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM LEITE”.

OBS: Os pães da Agricultura Familiar não têm em sua composição leite e ovos.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ARCO ÍRIS

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

1ª Semana	Segunda-Feira 04/11/2024	Terça-Feira 05/11/2024	Quarta-Feira 06/11/2024	Quinta-Feira 07/11/2024	Sexta-Feira 08/11/2024
Desjejum 07h40 08h 08h20	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas	Pão de leite com molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de camomila Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h / 10h20 10h30 / 10h40 10h50	Salada: Repolho com cenoura Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Batata doce refogada Molho de carne de gado picada	Salada: Beterraba com ovos cozidos / Repolho Arroz / Feijão Abóbora Cabotiá refogada Frango assado	Salada: Tomate Arroz / Feijão Molho de peixe (filé de tilápia)	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada
Lanche da tarde 13h10 / 13h20 13h30 / 13h40	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas	Bolo de banana e maçã e aveia (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)	Sagu de suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)
Jantar 15h30 / 15h50 16h10	Sopa de canjiquinha e frango	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de Feijão	Salada: Alface Galinhada	Sopa de frango, macarrão e legumes
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1036,10kcal	153g 59%	54g 21%	23g 20%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	509,03mcg	44,92mg	204,40mg	7,46mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ARCO ÍRIS

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

2ª Semana	Segunda-Feira 11/11/2024	Terça-Feira 12/11/2024	Quarta-Feira 13/11/2024	Quinta-Feira 14/11/2024	Sexta-Feira 15/11/2024
Desjejum 07h40 08h 08h20	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de erva-doce Frutas	Pão de leite com molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	FERIADO
Almoço 10h / 10h20 10h30 / 10h40 10h50	Salada: Repolho Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Molho de carne de gado picada	Salada: Repolho / Tomate Arroz / Feijão Purê de mandioca Molho de frango	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Batata doce refogada Molho de carne moída	
Lanche da tarde 13h10 / 13h20 13h30 / 13h40	Bolo de cenoura e laranja (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)	
Jantar 15h30 / 15h50 16h10	Sopa de frango macarrão e legumes	Salada: Repolho / Cenoura Galinhada	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Salada: Repolho / Alface Arroz Molho de peixe (filé de tilápia)	
Faixa Etária: 01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	752,67 kcal	110g 47%	40g 17%	17g 16%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	421,72mcg	28,26mg	163,65mg	5,41mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ARCO ÍRIS

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

3ª Semana	Segunda-Feira 18/11/2024	Terça-Feira 19/11/2024	Quarta-Feira 20/11/2024	Quinta-Feira 21/11/2024	Sexta-Feira 22/11/2024
Desjejum 07h40 08h 08h20	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral	Pão de leite Molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de camomila Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h / 10h20 10h30 / 10h40 10h50	Salada: Repolho com cenoura Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Batata doce refogada Frango assado	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Tomate Arroz / Feijão Mandioca Carne de gado picada refogada	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada
Lanche da tarde 13h10 / 13h20 13h30 / 13h40	Bolo de banana e maçã (adoçado com uvas-passas) Fruta	Sagu com suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas (duas variedades)
Jantar 15h30 / 15h50 16h10	Salada: Repolho Galinhada	Sopa de Feijão	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de canjiquinha e frango	Salada: Alface Polenta Molho de frango
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1059,13 kcal	164g 62%	51g 20%	22g 18%	
	VITAMINA A (mcg) 423,40 mcg	VITAMINA C (mg) 47,53mg	CA (mg) 198,66mg	FERRO (mg) 7,51mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ARCO ÍRIS

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

4ª Semana	Segunda-Feira 25/11/2024	Terça-Feira 26/11/2024	Quarta-Feira 27/11/2024	Quinta-Feira 28/11/2024	Sexta-Feira 29/11/2024
Desjejum 07h40 08h 08h20	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas	Pão de leite Molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h / 10h20 10h30 / 10h40 10h50	Salada: Repolho Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Purê de Mandioca Molho de frango	Salada: Alface Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada	Salada: Tomate Feijão Arroz / Feijão Batata refogada Frango assado
Lanche da tarde 13h10 / 13h20 13h30 / 13h40	Torta Salgada Fruta	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo Frutas (duas variedades)	Sagu com suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Bolo de cenoura e laranja (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)
Jantar 15h30 / 15h50 16h10	Sopa de frango macarrão e legumes	Sopa de Feijão	Salada: Alface Galinhada	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de canjiquinha e frango
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1071,21kcal	163g 61%	54g 20%	23g 19%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	150,93 mcg	50,49 mg	203,21 mg	7,62 mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ARCO ÍRIS

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

Orientações de acordo com a Resolução CD/FNDE de nº 06 de 08 de maio de 2020:

- Acrescentar pouco sal e pouco óleo nas preparações;
- Não fazer frituras;
- Não fornecer **açúcar** nas preparações para as crianças;
- Não fazer bolo com cobertura ou recheados.
- Pode se utilizar para adoçar as preparações: as tâmaras, as uvas-passas, as bananas, as laranjas e as cenouras;
- A maçã ajuda adoçar a canjica e o sagu;

OBS: Os pães da Agricultura Familiar não tem em sua composição leite e ovos.

• **CARDÁPIO BERÇÁRIO / ANTES DOS 06 MESES:**

- Fornecer para as crianças apenas leite materno de acordo com a recomendação do **MINISTÉRIO DA SAÚDE**.
- Fornecer leite ou fórmula infantil de acordo com a prescrição médica, quando necessário.

• **CARDÁPIO BERÇÁRIO / DEPOIS DOS 06 MESES:**

- A alimentação poderá ser fornecida de acordo com os princípios da alimentação saudável, sendo necessário observar a consistência e a textura adequada a cada fase de desenvolvimento da criança.
- A alimentação deve ser fornecida de forma amassada (primeiramente bem amassada e com o passar dos meses menos amassada, para então ser servida na consistência normal).
- Não se deve liquidificar os alimentos para fornecer para a criança.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ARCO ÍRIS

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE (LEITE):

- Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações, se tiver **leite e derivados, não utilizar.**
- Se a criança tiver **intolerância à lactose** o substituir o leite por **leite sem lactose**;
- Os alimentos derivados de leite também deverão ser sem lactose;
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTO, PARA CONFIRMAR “SEM LACTOSE”.

APLV - ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA:

- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)**, não deve consumir leite e seus derivados e nenhum produto que contenha o leite e seus derivados.
- **Se a criança tiver APLV (alergia à proteína do leite de vaca) o leite poderá ser substituído por:** suco de fruta natural, água, leite de soja ou outro leite de origem vegetal.
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM LEITE”.

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN OU DOENÇA CELÍACA:

- **Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações. Só utilizar se tiver escrito “Sem Glúten”;**
- PARA O PREPARO DOS ALIMENTOS SEM GLÚTEN:
 - As preparações sem glúten precisam ser feitas em local exclusivo (diferente do local que se faz as preparações com trigo);
 - Deve-se utilizar utensílios exclusivos para as preparações de alimentos sem glúten;
 - As esponjas e buchas para lavar a louça. Também precisam ser exclusivas e separadas;
 - O macarrão sempre utilizar o de arroz;
 - O arroz sempre sem glúten;
 - Os pães e bolos sempre sem glúten (pode se utilizar farinha de milho sem glúten; biju sem glúten, farinha de arroz sem glúten, amido de milho sem glúten, polvilho doce ou azedo sem glúten, farinha de mandioca sem glúten ou mix de farinhas sem glúten);
 - SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM GLÚTEN”.



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL JOÃO BATISTA FELICÍSSIMO RIBEIRO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

1ª Semana	Segunda-Feira 04/11/2024	Terça-Feira 05/11/2024	Quarta-Feira 06/11/2024	Quinta-Feira 07/11/2024	Sexta-Feira 08/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas	Pão de leite com molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de camomila Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h50	Salada: Repolho com cenoura Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Batata doce refogada Molho de carne de gado picada	Salada: Beterraba com ovos cozidos / Repolho Arroz / Feijão Abóbora Cabotiá refogada Frango assado	Salada: Tomate Arroz / Feijão Molho de peixe (filé de tilápia)	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada
Lanche da tarde 13h45	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas	Bolo de banana e maçã e aveia (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)	Sagu de suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)
Jantar 15h50	Sopa de canjiquinha e frango	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de Feijão	Salada: Alface Galinhada	Sopa de frango, macarrão e legumes
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1036,10kcal	153g 59%	54g 21%	23g 20%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	509,03mcg	44,92mg	204,40mg	7,46mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL JOÃO BATISTA FELICÍSSIMO RIBEIRO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

2ª Semana	Segunda-Feira 11/11/2024	Terça-Feira 12/11/2024	Quarta-Feira 13/11/2024	Quinta-Feira 14/11/2024	Sexta-Feira 15/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de erva-doce Frutas	Pão de leite com molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	FERIADO
Almoço 10h50	Salada: Repolho Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Molho de carne de gado picada	Salada: Repolho / Tomate Arroz / Feijão Purê de mandioca Molho de frango	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Batata doce refogada Molho de carne moída	
Lanche da tarde 13h45	Bolo de cenoura e laranja (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)	
Jantar 15h50	Sopa de frango macarrão e legumes	Salada: Repolho / Cenoura Galinhada	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Salada: Repolho / Alface Arroz Molho de peixe (filé de tilápia)	
Faixa Etária: 01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	752,67 kcal	110g 47%	40g 17%	17g 16%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	421,72mcg	28,26mg	163,65mg	5,41mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL JOÃO BATISTA FELICÍSSIMO RIBEIRO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

3ª Semana	Segunda-Feira 18/11/2024	Terça-Feira 19/11/2024	Quarta-Feira 20/11/2024	Quinta-Feira 21/11/2024	Sexta-Feira 22/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral	Pão de leite Molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de camomila Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h50	Salada: Repolho com cenoura Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Batata doce refogada Frango assado	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Tomate Arroz / Feijão Mandioca Carne de gado picada refogada	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada
Lanche da tarde 13h45	Bolo de banana e maçã (adoçado com uvas-passas) Fruta	Sagu com suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas (duas variedades)
Jantar 15h50	Salada: Repolho Galinhada	Sopa de Feijão	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de canjiquinha e frango	Salada: Alface Polenta Molho de frango
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1059,13 kcal	164g 62%	51g 20%	22g 18%	
	VITAMINA A (mcg) 423,40 mcg	VITAMINA C (mg) 47,53mg	CA (mg) 198,66mg	FERRO (mg) 7,51mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL JOÃO BATISTA FELICÍSSIMO RIBEIRO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

4ª Semana	Segunda-Feira 25/11/2024	Terça-Feira 26/11/2024	Quarta-Feira 27/11/2024	Quinta-Feira 28/11/2024	Sexta-Feira 29/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas	Pão de leite Molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h50	Salada: Repolho Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Purê de Mandioca Molho de frango	Salada: Alface Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada	Salada: Tomate Feijão Arroz / Feijão Batata refogada Frango assado
Lanche da tarde 13h45	Torta Salgada Fruta	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo Frutas (duas variedades)	Sagu com suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Bolo de cenoura e laranja (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)
Jantar 15h50	Sopa de frango macarrão e legumes	Sopa de Feijão	Salada: Alface Galinhada	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de canjiquinha e frango
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1071,21kcal	163g 61%	54g 20%	23g 19%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	150,93 mcg	50,49 mg	203,21 mg	7,62 mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL JOÃO BATISTA FELICÍSSIMO RIBEIRO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

Orientações de acordo com a Resolução CD/FNDE de nº 06 de 08 de maio de 2020:

- Acrescentar pouco sal e pouco óleo nas preparações;
- Não fazer frituras;
- Não fornecer **açúcar** nas preparações para as crianças;
- Não fazer bolo com cobertura ou recheados.
- Pode se utilizar para adoçar as preparações: as tâmaras, as uvas-passas, as bananas, as laranjas e as cenouras;
- A maçã ajuda adoçar a canjica e o sagu;

OBS: Os pães da Agricultura Familiar não tem em sua composição leite e ovos.

• **CARDÁPIO BERÇÁRIO / ANTES DOS 06 MESES:**

- Fornecer para as crianças apenas leite materno de acordo com a recomendação do **MINISTÉRIO DA SAÚDE**.
- Fornecer leite ou fórmula infantil de acordo com a prescrição médica, quando necessário.

• **CARDÁPIO BERÇÁRIO / DEPOIS DOS 06 MESES:**

- A alimentação poderá ser fornecida de acordo com os princípios da alimentação saudável, sendo necessário observar a consistência e a textura adequada a cada fase de desenvolvimento da criança.
- A alimentação deve ser fornecida de forma amassada (primeiramente bem amassada e com o passar dos meses menos amassada, para então ser servida na consistência normal).
- Não se deve liquidificar os alimentos para fornecer para a criança.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL JOÃO BATISTA FELICÍSSIMO RIBEIRO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE (LEITE):

- Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações, se tiver **leite e derivados, não utilizar.**
- Se a criança tiver **intolerância à lactose** o substituir o leite por **leite sem lactose**;
- Os alimentos derivados de leite também deverão ser sem lactose;
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTO, PARA CONFIRMAR “SEM LACTOSE”.

APLV - ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA:

- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)**, não deve consumir leite e seus derivados e nenhum produto que contenha o leite e seus derivados.
- **Se a criança tiver APLV (alergia à proteína do leite de vaca) o leite poderá ser substituído por:** suco de fruta natural, água, leite de soja ou outro leite de origem vegetal.
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM LEITE”.

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN OU DOENÇA CELÍACA:

- **Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações. Só utilizar se tiver escrito “Sem Glúten”;**

- PARA O PREPARO DOS ALIMENTOS SEM GLÚTEN:

- As preparações sem glúten precisam ser feitas em local exclusivo (diferente do local que se faz as preparações com trigo);
- Deve-se utilizar utensílios exclusivos para as preparações de alimentos sem glúten;
- As esponjas e buchas para lavar a louça. Também precisam ser exclusivas e separadas;
- O macarrão sempre utilizar o de arroz;
- O arroz sempre sem glúten;
- Os pães e bolos sempre sem glúten (pode se utilizar farinha de milho sem glúten; biju sem glúten, farinha de arroz sem glúten, amido de milho sem glúten, polvilho doce ou azedo sem glúten, farinha de mandioca sem glúten ou mix de farinhas sem glúten);
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM GLÚTEN”.



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL GENTE INOCENTE

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

1ª Semana	Segunda-Feira 04/11/2024	Terça-Feira 05/11/2024	Quarta-Feira 06/11/2024	Quinta-Feira 07/11/2024	Sexta-Feira 08/11/2024
Desjejum 07h45 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas	Pão de leite com molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de camomila Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h30 10h40 10h50	Salada: Repolho com cenoura Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Batata doce refogada Molho de carne de gado picada	Salada: Beterraba com ovos cozidos / Repolho Arroz / Feijão Abóbora Cabotiá refogada Frango assado	Salada: Tomate Arroz / Feijão Molho de peixe (filé de tilápia)	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada
Lanche da tarde 13h40	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas	Bolo de banana e maçã e aveia (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)	Sagu de suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)
Jantar 16h10 16h15	Sopa de canjiquinha e frango	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de Feijão	Salada: Alface Galinhada	Sopa de frango, macarrão e legumes
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1036,10kcal	153g 59%	54g 21%	23g 20%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	509,03mcg	44,92mg	204,40mg	7,46mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL GENTE INOCENTE

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

2ª Semana	Segunda-Feira 11/11/2024	Terça-Feira 12/11/2024	Quarta-Feira 13/11/2024	Quinta-Feira 14/11/2024	Sexta-Feira 15/11/2024
Desjejum 07h45 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de erva-doce Frutas	Pão de leite com molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	FERIADO
Almoço 10h30 10h40 10h50	Salada: Repolho Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Molho de carne de gado picada	Salada: Repolho / Tomate Arroz / Feijão Purê de mandioca Molho de frango	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Batata doce refogada Molho de carne moída	
Lanche da tarde 13h40	Bolo de cenoura e laranja (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)	
Jantar 16h10 16h15	Sopa de frango macarrão e legumes	Salada: Repolho / Cenoura Galinhada	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Salada: Repolho / Alface Arroz Molho de peixe (filé de tilápia)	
Faixa Etária: 01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	752,67 kcal	110g 47%	40g 17%	17g 16%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	421,72mcg	28,26mg	163,65mg	5,41mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL GENTE INOCENTE

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

3ª Semana	Segunda-Feira 18/11/2024	Terça-Feira 19/11/2024	Quarta-Feira 20/11/2024	Quinta-Feira 21/11/2024	Sexta-Feira 22/11/2024
Desjejum 07h45 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral	Pão de leite Molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de camomila Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h30 10h40 10h50	Salada: Repolho com cenoura Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Batata doce refogada Frango assado	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Tomate Arroz / Feijão Mandioca Carne de gado picada refogada	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada
Lanche da tarde 13h40	Bolo de banana e maçã (adoçado com uvas-passas) Fruta	Sagu com suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas (duas variedades)
Jantar 16h10 16h15	Salada: Repolho Galinhada	Sopa de Feijão	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de canjiquinha e frango	Salada: Alface Polenta Molho de frango
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1059,13 kcal	164g 62%	51g 20%	22g 18%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	423,40 mcg	47,53mg	198,66mg	7,51mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL GENTE INOCENTE

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

4ª Semana	Segunda-Feira 25/11/2024	Terça-Feira 26/11/2024	Quarta-Feira 27/11/2024	Quinta-Feira 28/11/2024	Sexta-Feira 29/11/2024
Desjejum 07h45 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas	Pão de leite Molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h30 10h40 10h50	Salada: Repolho Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Purê de Mandioca Molho de frango	Salada: Alface Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada	Salada: Tomate Feijão Arroz / Feijão Batata refogada Frango assado
Lanche da tarde 13h40	Torta Salgada Fruta	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo Frutas (duas variedades)	Sagu com suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Bolo de cenoura e laranja (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)
Jantar 16h10 16h15	Sopa de frango macarrão e legumes	Sopa de Feijão	Salada: Alface Galinhada	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de canjiquinha e frango
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1071,21kcal	163g 61%	54g 20%	23g 19%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	150,93 mcg	50,49 mg	203,21 mg	7,62 mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL GENTE INOCENTE

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

Orientações de acordo com a Resolução CD/FNDE de nº 06 de 08 de maio de 2020:

- Acrescentar pouco sal e pouco óleo nas preparações;
- Não fazer frituras;
- Não fornecer **açúcar** nas preparações para as crianças;
- Não fazer bolo com cobertura ou recheados.
- Pode se utilizar para adoçar as preparações: as tâmaras, as uvas-passas, as bananas, as laranjas e as cenouras;
- A maçã ajuda adoçar a canjica e o sagu;

OBS: Os pães da Agricultura Familiar não tem em sua composição leite e ovos.

• **CARDÁPIO BERÇÁRIO / ANTES DOS 06 MESES:**

- Fornecer para as crianças apenas leite materno de acordo com a recomendação do **MINISTÉRIO DA SAÚDE**.
- Fornecer leite ou fórmula infantil de acordo com a prescrição médica, quando necessário.

• **CARDÁPIO BERÇÁRIO / DEPOIS DOS 06 MESES:**

- A alimentação poderá ser fornecida de acordo com os princípios da alimentação saudável, sendo necessário observar a consistência e a textura adequada a cada fase de desenvolvimento da criança.
- A alimentação deve ser fornecida de forma amassada (primeiramente bem amassada e com o passar dos meses menos amassada, para então ser servida na consistência normal).
- Não se deve liquidificar os alimentos para fornecer para a criança.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL GENTE INOCENTE

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE (LEITE):

- Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações, se tiver **leite e derivados, não utilizar.**
- Se a criança tiver **intolerância à lactose** o substituir o leite por **leite sem lactose**;
- Os alimentos derivados de leite também deverão ser sem lactose;
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTO, PARA CONFIRMAR “SEM LACTOSE”.

APLV - ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA:

- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)**, não deve consumir leite e seus derivados e nenhum produto que contenha o leite e seus derivados.
- **Se a criança tiver APLV (alergia à proteína do leite de vaca) o leite poderá ser substituído por:** suco de fruta natural, água, leite de soja ou outro leite de origem vegetal.
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM LEITE”.

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN OU DOENÇA CELÍACA:

- **Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações. Só utilizar se tiver escrito “Sem Glúten”;**
- PARA O PREPARO DOS ALIMENTOS SEM GLÚTEN:
 - As preparações sem glúten precisam ser feitas em local exclusivo (diferente do local que se faz as preparações com trigo);
 - Deve-se utilizar utensílios exclusivos para as preparações de alimentos sem glúten;
 - As esponjas e buchas para lavar a louça. Também precisam ser exclusivas e separadas;
 - O macarrão sempre utilizar o de arroz;
 - O arroz sempre sem glúten;
 - Os pães e bolos sempre sem glúten (pode se utilizar farinha de milho sem glúten; biju sem glúten, farinha de arroz sem glúten, amido de milho sem glúten, polvilho doce ou azedo sem glúten, farinha de mandioca sem glúten ou mix de farinhas sem glúten);
 - SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM GLÚTEN”.



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ALBANO PEDRO MAHL

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

1ª Semana	Segunda-Feira 04/11/2024	Terça-Feira 05/11/2024	Quarta-Feira 06/11/2024	Quinta-Feira 07/11/2024	Sexta-Feira 08/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas	Pão de leite com molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de camomila Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h50	Salada: Repolho com cenoura Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Batata doce refogada Molho de carne de gado picada	Salada: Beterraba com ovos cozidos / Repolho Arroz / Feijão Abóbora Cabotiá refogada Frango assado	Salada: Tomate Arroz / Feijão Molho de peixe (filé de tilápia)	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada
Lanche da tarde 13h50	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas	Bolo de banana e maçã e aveia (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)	Sagu de suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)
Jantar 16h00	Sopa de canjiquinha e frango	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de Feijão	Salada: Alface Galinhada	Sopa de frango, macarrão e legumes
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1036,10kcal	153g 59%	54g 21%	23g 20%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	509,03mcg	44,92mg	204,40mg	7,46mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ALBANO PEDRO MAHL

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

2ª Semana	Segunda-Feira 11/11/2024	Terça-Feira 12/11/2024	Quarta-Feira 13/11/2024	Quinta-Feira 14/11/2024	Sexta-Feira 15/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de erva-doce Frutas	Pão de leite com molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	FERIADO
Almoço 10h50	Salada: Repolho Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Molho de carne de gado picada	Salada: Repolho / Tomate Arroz / Feijão Purê de mandioca Molho de frango	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Batata doce refogada Molho de carne moída	
Lanche da tarde 13h50	Bolo de cenoura e laranja (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)	
Jantar 16h00	Sopa de frango macarrão e legumes	Salada: Repolho / Cenoura Galinhada	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Salada: Repolho / Alface Arroz Molho de peixe (filé de tilápia)	
Faixa Etária: 01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	752,67 kcal	110g 47%	40g 17%	17g 16%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	421,72mcg	28,26mg	163,65mg	5,41mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ALBANO PEDRO MAHL

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

3ª Semana	Segunda-Feira 18/11/2024	Terça-Feira 19/11/2024	Quarta-Feira 20/11/2024	Quinta-Feira 21/11/2024	Sexta-Feira 22/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral	Pão de leite Molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de camomila Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h50	Salada: Repolho com cenoura Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Batata doce refogada Frango assado	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Tomate Arroz / Feijão Mandioca Carne de gado picada refogada	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada
Lanche da tarde 13h50	Bolo de banana e maçã (adoçado com uvas-passas) Fruta	Sagu com suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas (duas variedades)
Jantar 16h00	Salada: Repolho Galinhada	Sopa de Feijão	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de canjiquinha e frango	Salada: Alface Polenta Molho de frango
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1059,13 kcal	164g 62%	51g 20%	22g 18%	
	VITAMINA A (mcg) 423,40 mcg	VITAMINA C (mg) 47,53mg	CA (mg) 198,66mg	FERRO (mg) 7,51mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ALBANO PEDRO MAHL

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

4ª Semana	Segunda-Feira 25/11/2024	Terça-Feira 26/11/2024	Quarta-Feira 27/11/2024	Quinta-Feira 28/11/2024	Sexta-Feira 29/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas	Pão de leite Molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h50	Salada: Repolho Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Purê de Mandioca Molho de frango	Salada: Alface Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada	Salada: Tomate Feijão Arroz / Feijão Batata refogada Frango assado
Lanche da tarde 13h50	Torta Salgada Fruta	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo Frutas (duas variedades)	Sagu com suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Bolo de cenoura e laranja (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)
Jantar 16h00	Sopa de frango macarrão e legumes	Sopa de Feijão	Salada: Alface Galinhada	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de canjiquinha e frango
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1071,21kcal	163g 61%	54g 20%	23g 19%	
	VITAMINA A (mcg) 150,93 mcg	VITAMINA C (mg) 50,49 mg	CA (mg) 203,21 mg	FERRO (mg) 7,62 mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ALBANO PEDRO MAHL

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

Orientações de acordo com a Resolução CD/FNDE de nº 06 de 08 de maio de 2020:

- Acrescentar pouco sal e pouco óleo nas preparações;
- Não fazer frituras;
- Não fornecer **açúcar** nas preparações para as crianças;
- Não fazer bolo com cobertura ou recheados.
- Pode se utilizar para adoçar as preparações: as tâmaras, as uvas-passas, as bananas, as laranjas e as cenouras;
- A maçã ajuda adoçar a canjica e o sagu;

OBS: Os pães da Agricultura Familiar não tem em sua composição leite e ovos.

• **CARDÁPIO BERÇÁRIO / ANTES DOS 06 MESES:**

- Fornecer para as crianças apenas leite materno de acordo com a recomendação do **MINISTÉRIO DA SAÚDE**.
- Fornecer leite ou fórmula infantil de acordo com a prescrição médica, quando necessário.

• **CARDÁPIO BERÇÁRIO / DEPOIS DOS 06 MESES:**

- A alimentação poderá ser fornecida de acordo com os princípios da alimentação saudável, sendo necessário observar a consistência e a textura adequada a cada fase de desenvolvimento da criança.
- A alimentação deve ser fornecida de forma amassada (primeiramente bem amassada e com o passar dos meses menos amassada, para então ser servida na consistência normal).
- Não se deve liquidificar os alimentos para fornecer para a criança.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL ALBANO PEDRO MAHL

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE (LEITE):

- Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações, se tiver **leite e derivados, não utilizar.**
- Se a criança tiver **intolerância à lactose** o substituir o leite por **leite sem lactose**;
- Os alimentos derivados de leite também deverão ser sem lactose;
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTO, PARA CONFIRMAR “SEM LACTOSE”.

APLV - ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA:

- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)**, não deve consumir leite e seus derivados e nenhum produto que contenha o leite e seus derivados.
- **Se a criança tiver APLV (alergia à proteína do leite de vaca) o leite poderá ser substituído por:** suco de fruta natural, água, leite de soja ou outro leite de origem vegetal.
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM LEITE”.

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN OU DOENÇA CELÍACA:

- **Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações. Só utilizar se tiver escrito “Sem Glúten”;**
- PARA O PREPARO DOS ALIMENTOS SEM GLÚTEN:
 - As preparações sem glúten precisam ser feitas em local exclusivo (diferente do local que se faz as preparações com trigo);
 - Deve-se utilizar utensílios exclusivos para as preparações de alimentos sem glúten;
 - As esponjas e buchas para lavar a louça. Também precisam ser exclusivas e separadas;
 - O macarrão sempre utilizar o de arroz;
 - O arroz sempre sem glúten;
 - Os pães e bolos sempre sem glúten (pode se utilizar farinha de milho sem glúten; biju sem glúten, farinha de arroz sem glúten, amido de milho sem glúten, polvilho doce ou azedo sem glúten, farinha de mandioca sem glúten ou mix de farinhas sem glúten);
 - SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM GLÚTEN”.



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL MUNDO ENCANTADO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

1ª Semana	Segunda-Feira 04/11/2024	Terça-Feira 05/11/2024	Quarta-Feira 06/11/2024	Quinta-Feira 07/11/2024	Sexta-Feira 08/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas	Pão de leite com molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de camomila Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h50	Salada: Repolho com cenoura Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Batata doce refogada Molho de carne de gado picada	Salada: Beterraba com ovos cozidos / Repolho Arroz / Feijão Abóbora Cabotiá refogada Frango assado	Salada: Tomate Arroz / Feijão Molho de peixe (filé de tilápia)	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada
Lanche da tarde 13h40	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas	Bolo de banana e maçã e aveia (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)	Sagu de suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)
Jantar 16h00	Sopa de canjiquinha e frango	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de Feijão	Salada: Alface Galinhada	Sopa de frango, macarrão e legumes
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1036,10kcal	153g 59%	54g 21%	23g 20%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	509,03mcg	44,92mg	204,40mg	7,46mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL MUNDO ENCANTADO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

2ª Semana	Segunda-Feira 11/11/2024	Terça-Feira 12/11/2024	Quarta-Feira 13/11/2024	Quinta-Feira 14/11/2024	Sexta-Feira 15/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de erva-doce Frutas	Pão de leite com molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	FERIADO
Almoço 10h50	Salada: Repolho Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Molho de carne de gado picada	Salada: Repolho / Tomate Arroz / Feijão Purê de mandioca Molho de frango	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Batata doce refogada Molho de carne moída	
Lanche da tarde 13h40	Bolo de cenoura e laranja (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)	
Jantar 16h00	Sopa de frango macarrão e legumes	Salada: Repolho / Cenoura Galinhada	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Salada: Repolho / Alface Arroz Molho de peixe (filé de tilápia)	
Faixa Etária: 01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	752,67 kcal	110g 47%	40g 17%	17g 16%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	421,72mcg	28,26mg	163,65mg	5,41mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL MUNDO ENCANTADO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

3ª Semana	Segunda-Feira 18/11/2024	Terça-Feira 19/11/2024	Quarta-Feira 20/11/2024	Quinta-Feira 21/11/2024	Sexta-Feira 22/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral	Pão de leite Molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de camomila Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h50	Salada: Repolho com cenoura Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Alface Arroz / Feijão Batata doce refogada Frango assado	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Tomate Arroz / Feijão Mandioca Carne de gado picada refogada	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada
Lanche da tarde 13h40	Bolo de banana e maçã (adoçado com uvas-passas) Fruta	Sagu com suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Torta salgada Frutas (duas variedades)	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo) Frutas (duas variedades)
Jantar 16h00	Salada: Repolho Galinhada	Sopa de Feijão	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de canjiquinha e frango	Salada: Alface Polenta Molho de frango
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1059,13 kcal	164g 62%	51g 20%	22g 18%	
	VITAMINA A (mcg) 423,40 mcg	VITAMINA C (mg) 47,53mg	CA (mg) 198,66mg	FERRO (mg) 7,51mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL MUNDO ENCANTADO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

4ª Semana	Segunda-Feira 25/11/2024	Terça-Feira 26/11/2024	Quarta-Feira 27/11/2024	Quinta-Feira 28/11/2024	Sexta-Feira 29/11/2024
Desjejum 08h	Pão de leite Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Leite integral Frutas	Pão de leite Molho de carne moída Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Geleia sem açúcar / Nata ou Manteiga Chá de erva-doce Frutas (duas variedades)	Pão caseiro Omelete Leite integral Frutas (duas variedades)
Almoço 10h50	Salada: Repolho Arroz / Feijão Macarrão Molho de carne moída	Salada: Beterraba com ovos cozidos Arroz / Feijão Purê de Mandioca Molho de frango	Salada: Alface Arroz / Feijão Polenta Molho de carne moída	Salada: Repolho Arroz / Feijão Farofa de cenoura e couve Carne suína refogada	Salada: Tomate Feijão Arroz / Feijão Batata refogada Frango assado
Lanche da tarde 13h40	Torta Salgada Fruta	Rosca de polvilho (tipo pão de queijo Frutas (duas variedades)	Sagu com suco de uva Frutas (duas variedades)	Salada de Frutas	Bolo de cenoura e laranja (adoçado com uvas-passas) Frutas (duas variedades)
Jantar 16h00	Sopa de frango macarrão e legumes	Sopa de Feijão	Salada: Alface Galinhada	Sopa de carne de gado, macarrão e legumes	Sopa de canjiquinha e frango
01 a 03 anos	ENERGIA (Kcal)	CARBOIDRATO (g) 55 A 65 % DO VET	PROTEÍNAS (g) 10 A 15 % DO VET	LIPÍDIOS (g) 25 A 35 % DO VET	
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL MÉDIA SEMANAL	1071,21kcal	163g 61%	54g 20%	23g 19%	
	VITAMINA A (mcg)	VITAMINA C (mg)	CA (mg)	FERRO (mg)	
	150,93 mcg	50,49 mg	203,21 mg	7,62 mg	



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL MUNDO ENCANTADO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

Orientações de acordo com a Resolução CD/FNDE de nº 06 de 08 de maio de 2020:

- Acrescentar pouco sal e pouco óleo nas preparações;
- Não fazer frituras;
- Não fornecer **açúcar** nas preparações para as crianças;
- Não fazer bolo com cobertura ou recheados.
- Pode se utilizar para adoçar as preparações: as tâmaras, as uvas-passas, as bananas, as laranjas e as cenouras;
- A maçã ajuda adoçar a canjica e o sagu;

OBS: Os pães da Agricultura Familiar não tem em sua composição leite e ovos.

• **CARDÁPIO BERÇÁRIO / ANTES DOS 06 MESES:**

- Fornecer para as crianças apenas leite materno de acordo com a recomendação do **MINISTÉRIO DA SAÚDE**.
- Fornecer leite ou fórmula infantil de acordo com a prescrição médica, quando necessário.

• **CARDÁPIO BERÇÁRIO / DEPOIS DOS 06 MESES:**

- A alimentação poderá ser fornecida de acordo com os princípios da alimentação saudável, sendo necessário observar a consistência e a textura adequada a cada fase de desenvolvimento da criança.
- A alimentação deve ser fornecida de forma amassada (primeiramente bem amassada e com o passar dos meses menos amassada, para então ser servida na consistência normal).
- Não se deve liquidificar os alimentos para fornecer para a criança.

Soraya Knorst
SORAYA KNORST
NUTRICIONISTA
CRN-8: 1372



MUNICÍPIO DE ITAIPULÂNDIA

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CENTRO MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL MUNDO ENCANTADO

NOVEMBRO – 2024

CARDÁPIO MATERNAL I E II

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA À LACTOSE (LEITE):

- Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações, se tiver **leite e derivados, não utilizar.**
- Se a criança tiver **intolerância à lactose** o substituir o leite por **leite sem lactose**;
- Os alimentos derivados de leite também deverão ser sem lactose;
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTO, PARA CONFIRMAR “SEM LACTOSE”.

APLV - ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE DE VACA:

- Se a criança tiver **APLV (alergia à proteína do leite de vaca)**, não deve consumir leite e seus derivados e nenhum produto que contenha o leite e seus derivados.
- **Se a criança tiver APLV (alergia à proteína do leite de vaca) o leite poderá ser substituído por:** suco de fruta natural, água, leite de soja ou outro leite de origem vegetal.
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM LEITE”.

ORIENTAÇÕES PARA INTOLERÂNCIA AO GLÚTEN OU DOENÇA CELÍACA:

- **Sempre observar as embalagens dos produtos que forem utilizar nas preparações. Só utilizar se tiver escrito “Sem Glúten”;**

- PARA O PREPARO DOS ALIMENTOS SEM GLÚTEN:

- As preparações sem glúten precisam ser feitas em local exclusivo (diferente do local que se faz as preparações com trigo);
- Deve-se utilizar utensílios exclusivos para as preparações de alimentos sem glúten;
- As esponjas e buchas para lavar a louça. Também precisam ser exclusivas e separadas;
- O macarrão sempre utilizar o de arroz;
- O arroz sempre sem glúten;
- Os pães e bolos sempre sem glúten (pode se utilizar farinha de milho sem glúten; biju sem glúten, farinha de arroz sem glúten, amido de milho sem glúten, polvilho doce ou azedo sem glúten, farinha de mandioca sem glúten ou mix de farinhas sem glúten);
- SEMPRE LER AS EMBALAGENS DOS ALIMENTOS, PARA CONFIRMAR “SEM GLÚTEN”.