

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

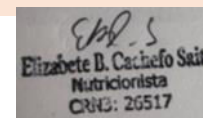
NOVEMBRO/2025

	2ª FEIRA 10/11	3ª FEIRA 11/11	4ª FEIRA 12/11	5ª FEIRA 13/11	6ª FEIRA 14/11
Café da Manhã 07:40h	Leite Pão frances *fruta	Leite Pão de leite com manteiga *fruta	Leite Bisnaguinha com requeijão *fruta	Leite Bolo de chocolate *fruta	Leite Pão frances com manteiga *fruta
Almoço 10:00 h	Arroz /Feijão Coxinha da asa Salada Maçã	Arroz /Feijão Filé de frango à milanesa Abobora refogada Salada de Alface Banana	Arroz/Feijão Carne em pedaços com batata e cenoura Salada de tomate com cheiro verde melão	Arroz/feijão Coxa e sobrecoxa assada Salada de batata, cenoura, vagem e ovo Melancia	Arroz/Feijão File de tilápia Salada de pepino com tomate Pera
Café da Tarde 13:30h	Leite com cacau gelado Bisnaguinha com manteiga	Suco natural Bolo de cenoura	Suco natural Pão de queijo	Suco natural Bolinho de chuva	Suco natural Biscoito de polvilho
Jantar 16:00h	Arroz/feijão Bife em iscas Salada de alface	Arroz/feijão almondegas ao molho Salada de alface	Macarrão com carne em iscas ao molho Salada de tomate	Arroz/feijão Carne em pedaços refogado Salada de acelga	Torta de frango com mussarela Suco natural

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				
	914,1	137,6	38,1	23,48	151,27	9,3	357	2,8
		60,2	15	23,12				

*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**

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



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 LACTOSE

Novembro/2025

	2ª FEIRA 10/11	3ª FEIRA 11/11	4ª FEIRA 12/11	5ª FEIRA 13/11	6ª FEIRA 14/11
Café da Manhã 07:40h	Leite sem lactose Pão frances	Leite sem lactose Pão frances	Leite sem lactose Bisnaguinha sem lactose	Leite sem lactose Pão frances	Leite sem lactose Pão frances
Almoço 10:00 h	Arroz /Feijão Coxinha da asa Salada Maçã	Arroz /Feijão Filé de frango à milanesa Abobora refogada Salada de Alface Banana	Arroz/Feijão Carne em pedaços com batata e cenoura Salada de tomate com cheiro verde melão	Arroz/feijão Coxa e sobrecoxa assada Salada de batata, cenoura, vagem e ovo Melancia	Arroz/Feijão File de tilápia Salada de pepino com tomate Pera
Café da Tarde 13:30h	Bisnaguinha sem lactose Suco Natural	Bolo de cenoura Suco Natural	Suco natural Bisnaguinha sem lactose	Suco natural Bisnaguinha sem lactose	Suco natural Bisnaguinha sem lactose
Jantar 16:00h	Arroz/feijão Bife em iscas Salada	Arroz/feijão almondegas ao molho Salada de alface	Macarrão com carne em iscas ao molho Salada de tomate	Arroz/feijão Carne em pedaços refogado Salada de acelga	Torta de frango sem leite Suco natural

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				
		137,6	38,1	23,48				
	914,1	60,2	15	23,12	151,27	9,3	357	2,8

* 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**



Elizabete B. Cachefo Saito
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 SEM CONSERVANTE

novembro/2025

	2ª FEIRA 10/11	3ª FEIRA 11/11	4ª FEIRA 12/11	5ª FEIRA 13/11	6ª FEIRA 14/11
Café da Manhã 07:40h	Leite Pão frances *fruta	Leite Pão de leite *fruta	Leite *fruta	Leite Bolo de chocolate *fruta	Leite Pão frances *fruta
Almoço 10:00 h	Arroz /Feijão Coxinha da asa Salada Maçã	Arroz /Feijão Filé de frango à milanesa Abobora refogada Salada de Alface Banana	Arroz/Feijão Carne em pedaços com batata e cenoura Salada de tomate com cheiro verde Melão	Arroz/feijão Coxa e sobrecoxa assada Salada de batata, cenoura, vagem e ovo Melancia	Arroz/Feijão File de tilápia Salada de pepino com tomate Pera
Café da Tarde 13:30h	logurte natural com fruta	Suco natural Bolo de cenoura	Suco natural Pão de queijo	Suco natural Bolinho de chuva	Fruta
Jantar 16:00h	Arroz/feijão Bife em iscas Salada de alface	Arroz/feijão almondegas ao molho Salada de alface	Macarrão com carne em iscas ao molho Salada de tomate	Arroz/feijão Carne em pedaços refogado Salada de acelga	Torta de frango Suco natural

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				
		137,5	40,4	23,5				
	923	59,5	15	23	146,8	9	336,5	2

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

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

Elizabete Balthazar Cachefo Saito CRN 3 26517

