

**SECRETARIA EDUCAÇÃO CULTURA DO MUNICÍPIO DE CAPANEMA- PR**  
**PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE**



**CARDÁPIO : CRECHE**

**MODALIDADE DE ENSINO : CENTRO DE EDUCAÇÃO INFANTIL**

**ZONA** (*urbana*)

**FAIXA ETÁRIA** (*06 A 11 MESES*)

**PERÍODO** (*parcia e integral*)

**Orientação de Preparo para Necessidades Alimentares Especiais: Alérgicos a proteína do leite, glúten, ovo e intolerantes usar os produtos específicos conforme o treinamento .**

**ABRIL, MAIO, JUNHO E JULHO**

	<b>2ª FEIRA</b>	<b>3ª FEIRA</b>	<b>4ª FEIRA</b>	<b>5ª FEIRA</b>	<b>6ª FEIRA</b>
<b>MANHÃ (sem adição de açúcar) 7:30 H</b>	aleitamento materno ou fórmula infantil ou leite uht integral	aleitamento materno ou fórmula infantil ou leite uht integral	aleitamento materno ou fórmula infantil ou leite uht integral	aleitamento materno ou fórmula infantil ou leite uht integral	aleitamento materno ou fórmula infantil ou leite uht integral
<b>LANCHE DA MANHÃ (deve oferecer raspadinha ou em pedaços) 9:40H</b>	Maçã	Mamão	Melancia	mamão	Banana
<b>ALMOÇO E LANCHE DA TARDE (sem adição de sal ) 11:20H</b>					
<b>1º SEMANA</b>	Arroz + feijão + carne moida ao molho de tomate+ cenoura cozida	feijão + coxa sobre coxa ao molho de tomate + polenta cozida + beterraba cozida	Arroz + feijao + peito de frango picado e cozido com legumes (cenoura e chuchu)	Arroz + feijão + carne bovina picada ao molho de tomate + abobrinha cozida	feijão + mandioca cozida + carne moida ao molho de tomate + cenoura
<b>2º SEMANA</b>	Arroz + feijão + carne moida cozida ao	feijão + coxa sobre coxa ao molho de tomate + pure de	Arroz + feijao + peito de frango picado em cubo	feijão + carne moida cozido ao molho de tomate	Batata doce cozida + feijao + carne moida cozida com

	molho com tomate cenoura cozida	batata+ beterraba cozida	cozido ao molho de tomate + puré de kabotia	+ mandioca cozida+ beterraba cozida	molho de tomate
<b>3° SEMANA</b>	feijão + carne moida ao molho de tomate + polenta + beterraba cozida	Arroz + feijão + coxa sobre coxa cozida ao molho de tomate com cenora + pure de batata inglesa	Arroz + feijao + peito de frango ao molho com legumes	feijão + macarrão cabelo de anjo + carne moida ao molho de tomate + chuchu cozido	feijão + mandioca cozida + carne moida ao molho e repolho cozido picado
<b>4° SEMANA</b>	Arroz + feijão + carne moida ao molho de tomate+ batata inglesa cozida com cenoura	feijão + coxa sobre cozida ao molho de tomate + polenta + chuchu cozido	Arroz + feijao + peito de frango picado e cozido com crème de milho + cozido de cenoura e chuchu	Arroz + feijão + carne moida cozida + batata doce cozida + cozido de beterraba	Arroz + feijão + mandioca cozida + carne moida cozida ao molho de tomate + beterraba cozida
<b>LANCHE 13:30H</b>	Maçã	Mamão	Melancia	mamão	Banana
<b>LANCHE DA TARDE 16:30</b>					
<b>1° SEMANA</b>	Sopa de feijao com macarrao cabelo de anjo + cenoura e batata	feijão + coxa sobre coxa ao molho de tomate + polenta cozida + beterraba cozida	Sopa branca com carne de frango + batata+ cenoura ralada + milho batido	Arroz + feijão + carne bovina picada ao molho de tomate + abobrinha cozida	feijão + mandioca cozida + carne moida ao molho de tomate + cenoura
<b>2° SEMANA</b>	Arroz + feijão + carne moida cozida ao molho com tomate cenoura cozida	Sopa de feijao com macarrao cabelo de anjo +	Arroz + feijao + peito de frango picado em cubo cozido ao molho de tomate + puré de kabotia	Sopa branca com peito de frango + batata inglesa,cenoura e chuchu relado .	Batata doce cozida + feijao + carne moida cozida com molho de tomate
<b>3° SEMANA</b>	feijão + carne moida ao molho de tomate + polenta + beterraba cozida	Arroz + feijão + coxa sobre coxa cozida ao molho de tomate com cenora + pure de batata inglesa	Arroz + feijao + peito de frango ao molho com legumes	feijão + macarrão cabelo de anjo + carne moida ao molho de tomate + chuchu cozido	feijão + mandioca cozida + carne moida ao molho e repolho cozido picado
<b>4° SEMANA</b>	Arroz + feijão + carne moida ao molho de tomate+ batata inglesa cozida com cenoura	feijão + coxa sobre cozida ao molho de tomate + polenta + chuchu cozido	Arroz + feijao + peito de frango picado e cozido com crème de milho + cozido de cenoura e chuchu	Arroz + feijão + carne moida cozida + batata doce cozida + cozido de beterraba	Arroz + feijão + mandioca cozida + carne moida cozida ao molho de tomate + beterraba cozida
<b>LANCHE</b>	Maçã	Mamão	Melancia	mamão	Banana

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				
		g %	g %	g %				

**Tatiana Ferrari Ghizoni CRN8/3180**

DIAS DA SEMANA	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Cálcio (mg)	Ferro (mg)	Retinol (mcg)	Vit. C (mg)
		(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET				
Segunda	652,13	33	130,31	20%	15	132,56	20%	98	393,82	60%	239,48	6,32	210,02	93,17
Terça	618,69	34	134,68	22%	15	131,56	21%	91	362,91	59%	229,66	6,60	208,21	55,17
Quarta	587,28	26	105,70	18%	16	145,96	25%	86	342,89	58%	242,21	6,49	371,55	51,12
Quinta	553,62	26	105,67	19%	14	123,59	22%	84	336,32	61%	254,04	5,85	179,29	54,69
Sexta	467,59	20	78,59	17%	12	107,22	23%	71	285,13	61%	218,12	4,26	227,36	90,04
<b>Média semanal</b>	<b>575,86</b>	<b>28</b>	<b>110,99</b>	<b>19%</b>	<b>14</b>	<b>128,18</b>	<b>22%</b>	<b>86</b>	<b>344,21</b>	<b>60%</b>	<b>236,70</b>	<b>5,90</b>	<b>239,29</b>	<b>68,84</b>

  

ADEQUAÇÃO (%)									
% das necessidades nutricionais/dia					N° ref.	Cálcio	Ferro	Retinol	Vit. C
<b>Creche (7-11 meses)</b>									
30% das necessidades nutricionais/dia					2 refeições	303%	295%	160%	459%
70% das necessidades nutricionais/dia					3 refeições	130%	118%	68%	197%
<b>Creche (1-3 anos)</b>									
30% das necessidades nutricionais/dia					2 refeições	158%	590%	380%	1721%
70% das necessidades nutricionais/dia					3 refeições	68%	295%	163%	765%

  

VALORES DE REFERÊNCIA															
Creche (7-11 meses)															
Valores de referência para:	N° ref.	Energia (kcal)	PROTEÍNAS (g)			LIPÍDIOS (g)			CARBOIDRATOS (g)			Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (µg)	Vit. C (mg)
			10% do VET	15% do VET	25% do VET	35% do VE	65% do VET	65% do VET	65% do VET	65% do VET					
30% das necessidades nutricionais/dia	2 refeições	203	5	a	8	6	a	8	28	a	33	78	2,0	150	15
70% das necessidades nutricionais/dia	3 refeições	475	12	a	18	13	a	18	65	a	77	182	5,0	350	35

  

Creche (1-3 anos)															
Valores de referência para:	N° ref.	Energia (kcal)	PROTEÍNAS (g)			LIPÍDIOS (g)			CARBOIDRATOS (g)			Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (µg)	Vit. C (mg)
			10% do VET	15% do VET	25% do VET	35% do VE	65% do VET	65% do VET	65% do VET	65% do VET					
30% das necessidades nutricionais/dia	2 refeições	304	8	a	11	8	a	12	42	a	49	150	1	63	4
70% das necessidades nutricionais/dia	3 refeições	708	18	a	27	20	a	28	97	a	115	350	2	147	9