

Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 3 ANOS

CARDÁPIO CMEIS – OUTUBRO – 2026

[illegible]

SECRETARIA DA EDUCAÇÃO - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO – CMEI – REGULAR

FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 3 ANOS

CARDÁPIO CMEIS – OUTUBRO – 2026

		2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Refeições	Horário	12/out	13/out	14/out	15/out	16/out
Café da manhã	8h	FERIADO	RECESSO	Leite e omelete	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com nata ou geleia caseira sem açúcar	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com nata ou geleia caseira sem açúcar
Almoço	10h30	FERIADO	RECESSO	Sopa de feijão com legumes (macarrão, cenoura, batata e posta bovina). Laranja	Arroz, feijão, purê de cabotiá e frango assado. Salada de alface e tomate. Banana	Arroz, feijão, polenta cremosa com molho de carne moída. Salada de cenoura e tomate. Maçã
Lanche da tarde	14h	FERIADO	RECESSO	Laranja	Banana	Maça
Jantar	16h30	FERIADO	RECESSO	Sopa de feijão com legumes (macarrão, cenoura, batata e posta bovina).	Arroz, feijão, purê de cabotiá e frango assado. Salada de alface e tomate.	Arroz, feijão, polenta cremosa com molho de carne moída. Salada de cenoura e tomate.
Composição nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 15% a 30% do VET	Vit. A Vit. C Ca Fe
		500	CHO: 73g – 61%	PTN: 22g – 15%	LIP: 13g – 24%	310 mcg 52 mg 305 mg 3,4 mg
*Cardápio pode sofrer alterações	**As preparações devem apresentar consistência adequada à faixa etária, sendo bem cozidas, macias e amassadas quando necessário. Para crianças até 1 ano de idade, as refeições devem ser oferecidas sem adição de sal.			Nutricionistas: Elly Ana Pootz Borilli CRN8-5643 Juliana Cristina Veit CRN8 – 5487		

*** Os parênteses () descrevem os principais ingredientes da preparação. ** Cardápio elaborado em conformidade com a legislação vigente do PNAE. *** O Setor de Nutrição isenta-se de responsabilidade quanto ao consumo de alimentos provenientes de fora da instituição de ensino.**

SECRETARIA DA EDUCAÇÃO - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO – CMEI – REGULAR

FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 3 ANOS

CARDÁPIO CMEIS – OUTUBRO – 2026

		2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Refeições	Horário	19/out	20/out	21/out	22/out	23/out
Café da manhã	8h	Leite e ovos mexidos	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com nata ou geleia caseira sem açúcar	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com nata ou geleia caseira sem açúcar	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com nata ou geleia caseira sem açúcar	Leite e torta salgada de legumes
Almoço	10h30	Arroz, feijão, canjiquinha com molho de carne moída, salada de tomate e cenoura. Laranja	Arroz, feijão, omelete fantasia (ovos, cenoura, cebola, tomate, aveia). Salada de alface. Pera	Sopa de letrinhas com legumes (cenoura, ervilha, batata e frango). Maçã	Arroz, feijão, creme de milho, sobrecoxa de frango assada. Salada de pepino e chuchu. Banana	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina e salada de pepino e cenoura. Manga
Lanche da tarde	14h	Laranja	Pera	Maçã	Banana	Manga
Jantar	16h30	Arroz, feijão, canjiquinha com molho de carne moída, salada de tomate e cenoura.	Arroz, feijão, omelete fantasia (ovos, cenoura, cebola, tomate, aveia). Salada de alface.	Sopa de letrinhas com legumes (cenoura, ervilha, batata e frango).	Arroz, feijão, creme de milho, sobrecoxa de frango assada. Salada de pepino e chuchu.	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina e salada de pepino e cenoura.
Composição nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 15% a 30% do VET	Vit. A Vit. C Ca Fe
		506	CHO: 75g – 61%	PTN: 22g – 15%	LIP: 13g – 24%	352 mcg 52 mg 311 mg 3,4 mg
*Cardápio pode sofrer alterações		**As preparações devem apresentar consistência adequada à faixa etária, sendo bem cozidas, macias e amassadas quando necessário. Para crianças até 1 ano de idade, as refeições devem ser oferecidas sem adição de sal.			Nutricionistas: Elly Ana Pootz Borilli CRN8-5643 Juliana Cristina Veit CRN8 – 5487	

* Os parênteses () descrevem os principais ingredientes da preparação. ** Cardápio elaborado em conformidade com a legislação vigente do PNAE. *** O Setor de Nutrição isenta-se de responsabilidade quanto ao consumo de alimentos provenientes de fora da instituição de ensino.

SECRETARIA DA EDUCAÇÃO - ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO – CMEI – REGULAR

FAIXA ETÁRIA: 6 MESES A 3 ANOS

CARDÁPIO CMEIS – OUTUBRO – 2026

		2ª feira	3ª feira	4ª feira	5ª feira	6ª feira
Refeições	Horário	26/out	27/out	28/out	29/out	30/out
Café da manhã	8h	Leite e omelete	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com nata ou geleia caseira sem açúcar	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com nata ou geleia caseira sem açúcar	Leite e pão sovadinho sem leite e sem ovos com nata ou geleia caseira sem açúcar	Leite, mingau de aveia e mamão
Almoço	10h30	Arroz, feijão, polenta cremosa, carne moída. Salada de tomate e cenoura. Pera	Arroz, feijão, yakissoba (macarrão, brócolis, cenoura, repolho e carne bovina). Cookies de banana (ver receita)	Sopa de legumes (cenoura, chuchu, batata, brócolis macarrão e frango). Maçã	Arroz, feijão, lasanha ao molho de frango. Salada de chuchu. Mamão	Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne moída, salada de beterraba. Melancia
Lanche da tarde	14h	Pera	Cookies de banana (ver receita)	Maçã	Mamão	Melancia
Jantar	16h30	Arroz, feijão, polenta cremosa, carne moída. Salada de tomate e cenoura.	Arroz, feijão, yakissoba (macarrão, brócolis, cenoura, repolho e carne bovina).	Sopa de legumes (cenoura, chuchu, batata, brócolis macarrão e frango).	Arroz, feijão, lasanha ao molho de frango. Salada de chuchu.	Arroz, feijão, escondidinho de mandioca com carne moída, salada de beterraba.
Composição nutricional (média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g) 55% a 65% do VET	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 15% a 30% do VET	Vit. A Vit. C Ca Fe
		509	CHO: 75g – 61%	PTN: 22g – 15%	LIP: 13g – 24%	396 mcg 47 mg 311 mg 3,4 mg
*Cardápio pode sofrer alterações		**As preparações devem apresentar consistência adequada à faixa etária, sendo bem cozidas, macias e amassadas quando necessário. Para crianças até 1 ano de idade, as refeições devem ser oferecidas sem adição de sal.			Nutricionistas: Elly Ana Pootz Borilli CRN8-5643 Juliana Cristina Veit CRN8 – 5487	

* Os parênteses () descrevem os principais ingredientes da preparação. ** Cardápio elaborado em conformidade com a legislação vigente do PNAE. *** O Setor de Nutrição isenta-se de responsabilidade quanto ao consumo de alimentos provenientes de fora da instituição de ensino.