

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CONTAGEM				
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE				
Cardápios 4 e 8 – Lanche Educação Infantil				
CARDÁPIO - CRECHE e PRÉ- ESCOLA MODALIDADE DE ENSINO (Educação Infantil) ZONA: (urbana) FAIXA ETÁRIA: (1- 3 anos) ou (4- 5 anos) PERÍODO (parcial ou integral) Horário: 14:30 Hs				
DEZEMBRO				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
28/11/2022	29/11/2022	30/11/2022	1/12/2022	2/12/2022
Suco de Laranja com Couve/ Biscoito "Caseiro" Doce (Consistência Líquida/Geral)	Vitamina "Colorida" de Banana (Leite em Pó, Banana, Beterraba)/ Biscoito "Papa Ovo" (Consistência: Líquida/Geral)	Salada de Frutas com Leite em Pó (Maçã, Banana, Mamão e Laranja e Leite em Pó) (Consistência: Geral)	Mingau de Fubá com Banana (Leite em Pó, Fubá e Banana) (Consistência: Pastosa)	Iogurte Natural com Geleia de Frutas/Biscoito de Polvilho (Consistência: Cremosa/Geral)
1 – 3 ANOS: Média Semanal/ dia: 147,12Kcal/ Carboidrato: 22,27g / Gordura Total: 4,68g/ Proteína: 5,22 g/ Vitamina A: 40,75 RE/ Vitamina C: 23,98mg/Ca: 172,91 mg Ferro:0,49 mg 4 – 5 ANOS: Média Semanal/ dia: 152,97Kcal/ Carboidrato: 23,32 g / Gordura Total: 4,86 g/ Proteína: 5,27 g/ Vitamina A: 41,50RE/ Vitamina C: 23,99mg/Ca: 173,75mg Ferro: 0,52mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
5/12/2022	6/12/2022	7/12/2022	8/12/2022	9/12/2022
Vitamina de Banana (Leite em Pó e Banana)/ Biscoito "Papa Ovo" (Consistência: Líquida/Geral)	Salada de Frutas (Maçã, Banana, Mamão e Manga) (Consistência: Geral)	Suco de Abacaxi com Suco de Maçã 100%/ Biscoito de Polvilho (Consistência: Líquida/Geral)	Vitamina de Banana com Maçã (Leite em Pó, Banana e Maçã) (Consistência: Líquida/Geral)	Iogurte Natural Batido com Fruta (Iogurte e Mamão)/Biscoito de Polvilho (Consistência: Cremosa/Geral)
1 – 3 ANOS: Média Semanal/ dia: 156,54 Kcal/ Carboidrato: 23,88g / Gordura Total: 5,12g/ Proteína: 5,31g/ Vitamina A: 44,20 RE/ Vitamina C: 15,36 mg/ Ferro: 0,32 mg 4 - 5 ANOS: Média Semanal/ dia: 165,33 Kcal/ Carboidrato: 25,45g / Gordura Total: 5,39g/ Proteína: 5,40g/ Vitamina A: 45,32 RE/ Vitamina C: 15,37 mg/ Ferro: 0,36 mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
12/12/2022	13/12/2022	14/12/2022	15/12/2022	16/12/2022
Suco de Laranja/ Biscoito "Papa Ovo" (Consistência: Líquida/Geral)	Vitamina de Banana com Mamão e Aveia (Leite em Pó, Banana e Aveia) (Consistência: Líquida)	Iogurte Natural com Geleia de Frutas/Biscoito de Polvilho (Consistência: Cremosa/Geral)	Salada de Frutas com Leite em Pó (Maçã, Banana, Mamão, Laranja e Leite em Pó) (Consistência: Geral)	Frapê de Morango (Polpa de Morango, Leite em Pó e Beterraba)/ Biscoito de "Papa Ovo" (Consistência: Líquida/Geral)
1 – 3 ANOS: Média Semanal/ dia: 1 – 3 ANOS: Média Semanal/ dia:142,44 Kcal/ Carboidrato: 20,22g / Gordura Total: 4,92g/ Proteína: 5,21g/ Vitamina A: 16,67 RE/ Vitamina C: 26,52 mg/ Ferro: 0,30 mg 4 - 5 ANOS: Média Semanal/ dia: 151,23 Kcal/ Carboidrato: 21,79g / Gordura Total: 5,19g/ Proteína: 5,29g/ Vitamina A: 17,80 RE/ Vitamina C: 26,53 mg/ Ferro: 0,33 mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
19/12/2022	20/12/2022	21/12/2022	22/12/2022	23/12/2022
Vitamina de Banana com Maçã (Leite em Pó, Banana e Maçã)/ Biscoito de Polvilho (Consistência: Líquida/Geral)	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
1 – 3 ANOS: Média Semanal/ dia: 208,24 Kcal/ Carboidrato: 28,15g / Gordura Total: 7,93g/ Proteína: 7,64g/ Vitamina A: 8,16 RE/ Vitamina C: 4,98 mg/ Ferro: 0,29 mg 4 - 5 ANOS: Média Semanal/ dia: 222,88 Kcal/ Carboidrato: 30,77g / Gordura Total: 5,39g/ Proteína: 5,40g/ Vitamina A: 45,32 RE/ Vitamina C: 15,37 mg/ Ferro: 0,36 mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
26/12/2022	27/12/2022	28/12/2022	29/12/2022	30/12/2022
FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS

Nutricionistas Responsáveis (SEDUC):

OBS.: o cardápio fruta é
desvinculado do jantar.

CARDÁPIO SUJEITO A
ALTERAÇÕES

Andréia Cecília Braga
CRN9 8677

Vanessa Martins A. Melo
CRN9 8533

Gabriela Nicássia Bacelar Gomes
CRN9 17742

Ana Flávia Carneiro Nascimento
CRN9 17982