

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



ABRIL/2023

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
3/4/2023	4/4/2023	5/4/2023	6/4/2023	7/4/2023
logurte Natural com Geleia de Frutas e Leite em Pó/ Biscoito de Polvilho (Consistência: Cremosa/Geral)	Mingau de Aveia com Banana (Leite em Pó, Aveia e Banana) (Consistência: Pastosa)	Frapê de Goiaba (Polpa de Goiaba, Leite em Pó e Beterraba)/ Biscoito de Polvilho (Consistência: Líquida/Geral)	FERIADO	FERIADO
1 – 3 ANOS: Média Semanal / dia: 208,89 Kcal / carboidrato: 25,83g / gordura total: 8,33g / Proteína: 9g / Vitamina A: 89,04re / vitamina c: 39,85mg / ca: 283,49mg / ferro: 0,46mg				
4 – 5 ANOS: Média Semanal / dia: 218,65 Kcal / carboidrato: 27,58g / gordura total: 9g / Proteína: 9g / Vitamina A: 90,29re / vitamina c: 39,86mg / ca: 284,88mg / ferro: 0,5mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
10/4/2023	11/4/2023	12/4/2023	13/4/2023	14/4/2023
Suco de Maçã 100% com Limão/ Biscoito Papa Ovo (Consistência: Líquida/Geral)	Mingau de Aveia com Banana (Leite em Pó, Aveia e Banana) (Consistência: Pastosa)	logurte Natural Batido com Fruta (logurte e Banana) (Consistência: Cremosa)	Vitamina de Banana, Mamão e Aveia (Leite em Pó, Banana, Mamão e Aveia)/ Biscoito de Polvilho (Consistência: Líquida/ Geral)	Salada de Frutas (Melão, Banana, Mamão e Manga) com logurte Natural (Consistência: Geral)
1 – 3 ANOS: Média Semanal / dia: 143,01 Kcal / carboidrato: 20,53g / gordura total: 4,96g / Proteína: 6g / Vitamina A: 72,88re / vitamina c: 10,74mg / ca: 169,51mg / ferro: 0,4mg				
4 – 5 ANOS: Média Semanal / dia: 148,87 Kcal / carboidrato: 21,57g / gordura total: 5g / Proteína: 6g / Vitamina A: 73,63re / vitamina c: 10,75mg / ca: 170,34mg / ferro: 0,42mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
17/4/2023	18/4/2023	19/4/2023	20/4/2023	21/4/2023
Suco de Maçã 100% com Abacaxi/ Biscoito Papa Ovo (Consistência: Líquida/Geral)	logurte Natural com Geleia de Frutas e Leite em Pó/ Biscoito de Polvilho (Consistência: Cremosa/Geral)	Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacau) (Consistência: Pastosa)	Vitamina "Colorida" de Banana (Leite em Pó, Banana e Beterraba) /Biscoito "Papa Ovo" (Consistência: Líquida/Geral)	FERIADO
1 – 3 ANOS: Média Semanal / dia: 171,92 Kcal / carboidrato: 23,02g / gordura total: 6,48g / Proteína: 7g / Vitamina A: 59,09re / vitamina c: 11,31mg / ca: 211,92mg / ferro: 0,34mg				
4 – 5 ANOS: Média Semanal / dia: 182,9 Kcal / carboidrato: 24,98g / gordura total: 7g / Proteína: 7g / Vitamina A: 60,5re / vitamina c: 11,32mg / ca: 213,49mg / ferro: 0,27mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
24/4/2023	25/4/2023	26/4/2023	27/4/2023	28/4/2023
Suco de Laranja com Cenoura/ Biscoito "Papa Ovo" (Consistência: Líquida/Geral)	Salada de Frutas (Maçã, Banana, Mamão e Laranja) (Consistência: Geral)	Vitamina de Banana com Aveia (Leite em Pó, Banana e Aveia)/Biscoito de Polvilho (Consistência: Líquida/Geral)	logurte Natural Batido com Fruta (logurte e Manga) (Consistência: Cremosa)	Salada de Frutas com Leite em Pó (Maçã, Banana, Mamão, Melancia e Leite em Pó) (Consistência: Geral)
1 – 3 ANOS: Média Semanal / dia: 122,07 Kcal / carboidrato: 20,29g / gordura total: 3,51g / Proteína: 4g / Vitamina A: 169,79re / vitamina c: 28,68mg / ca: 128,36mg / ferro: 0,39mg				
4 – 5 ANOS: Média Semanal / dia: 127,92 Kcal / carboidrato: 21,33g / gordura total: 4g / Proteína: 4g / Vitamina A: 170,55re / vitamina c: 28,68mg / ca: 129,19mg / ferro: 0,41mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
1/5/2023	2/5/2023	3/5/2023	4/5/2023	5/5/2023
FERIADO	logurte Natural Batido com Fruta (logurte Natural, Manga) / Biscoito Papa Ovo (Consistência: Cremosa/Geral)	Mingau de Aveia com Banana (Leite em Pó, Aveia e Banana) (Consistência: Pastosa)	Vitamina "Colorida" de Banana (Leite em Pó, Banana e Beterraba) /Biscoito de Polvilho (Consistência: Líquida/Geral)	Salada de Frutas com Leite em Pó (Maçã, Banana, Mamão, Laranja e Leite em Pó) (Consistência: Geral)
1 – 3 ANOS: Média Semanal / dia: 159,48 Kcal / carboidrato: 21,98g / gordura total: 5,83g / Proteína: 6g / Vitamina A: 142,64re / vitamina c: 17,75mg / ca: 205,73mg / ferro: 0,33mg				
4 – 5 ANOS: Média Semanal / dia: 163,14 Kcal / carboidrato: 22,63g / gordura total: 6g / Proteína: 6g / Vitamina A: 143,11re / vitamina c: 17,75mg / ca: 206,25mg / ferro: 0,34mg				

Nutricionistas Responsáveis (SEDUC):

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES