KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - BERÇÁRIO

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 meses a 1 ano **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Berçário: Para bebês de 6 a 11 meses, amassar os alimentos com garfo; para bebês a partir de 12 meses, ofertar pedaços pequenos. **Intolerância a lactose**: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 02/mar	3ª FEIRA 03/mar	4ª FEIRA 04/mar	5ª FEIRA 05/mar	6ª FEIRA 06/mar
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Laranja picadinha/gomos	Maçã raspada	Mamão amassada/cubinhos	Banana amassada	Melancia amassada/cubinhos
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Frango com Cenoura; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Purê de Batata; Alface picadinho; Arroz; Feijão.	Omelete c/Espinafre picadinho; Cenoura cozida; Macarrão ao molho vermelho; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos; Repolho roxo picadinho refogado e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja picadinha/gomos	Maçã raspada	Mamão amassada/cubinhos	Banana amassada	Melancia amassada/cubinhos
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Abobrinha).	Sopa de Vegetais (Batata, Cenoura), Macarrão e Fígado picadinho.	Omelete c/Espinafre; Cenoura cozida; Macarrão ao molho vermelho; Feijão batido.	Risoto de Frango c/Tomate; Repolho roxo picadinho refogado; Tutu de Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
	1174,8	44	28	187	454,77	10,77	948,58	83,07
		15%	22%	63%				

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - BERÇÁRIO

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 meses a 1 ano **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Berçário: Para bebês de 6 a 11 meses, amassar os alimentos com garfo; para bebês a partir de 12 meses, ofertar pedaços pequenos. **Intolerância a lactose**: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 09/mar	3ª FEIRA 10/mar	4ª FEIRA 11/mar	5ª FEIRA 12/mar	6ª FEIRA 13/mar
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Pera raspada	Laranja picadinha/gomos	Mamão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos	Banana amassada
ALMOÇO	Macarrão c/Carne moída ao molho vermelho; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Batata doce em cubinhos corada; Arroz c/Vagem; Feijão.	Vaca atolada (Carne em cubos c/Aipim); Alface roxa picadinha; Arroz c/colorau; Feijão.	Frango em cubos ao molho; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Arroz; Feijão.	Pernil suíno (cozido ou assado); Couve-flor ao molho branco; Tomate em cubinhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera raspada	Laranja picadinha/gomos	Mamão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos	Banana amassada
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Sopa de Vegetais (Abobrinha e Cenoura), Macarrão e Carne moída.	Sopa de Vegetais (Batata doce e Vagem), Macarrão, Frango em cubinhos.	Sopa cremosa de Aipim batido, Cenoura e Carne em cubinhos.	Risoto de Frango; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Feijão.	Sopa de Vegetais (Couve-flor, Cenoura), Macarrão e Pernil suíno em cubinhos.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
	1021,86	38	25	162	444,02	9,11	863,61	83,98
		15%	22%	64%				

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - BERÇÁRIO

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 meses a 1 ano **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Bercário: Para bebês de 6 a 11 meses, amassar os alimentos com garfo; para bebês a partir de 12 meses, ofertar pedaços pequenos. **Intolerância a lactose**: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 16/mar	3ª FEIRA 17/mar	4ª FEIRA 18/mar	5ª FEIRA 19/mar	6ª FEIRA 20/mar
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Manga amassada/cubinhos	Maçã raspada	Melão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos	Banana amassada
ALMOÇO	Ovos (cozidos ou mexidos); Couve refogada picadinha; Arroz c/Cenoura; Tutu de Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Strogonoff de Frango; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Músculo em cubinhos; Repolho picadinho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Tomate; Macarrão alho e óleo; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Manga amassada/cubinhos	Maçã raspada	Melão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos	Banana amassada
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Ovos (cozidos ou mexidos); Tutu de Feijão com couve picadinha; Risoto de Cenoura.	Sobrecoxa desfiada ao molho vermelho; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Batata, Cenoura).	Sopa de Vegetais (Cenoura e Repolho picadinho), Macarrão, Músculo em cubinhos.	Risoto de Frango com Tomate; Feijão batido.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
	1223,73	45	29	196	450,54	10,64	559,44	86,27
		15%	21%	64%				

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - BERÇÁRIO

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 meses a 1 ano **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Berçário: Para bebês de 6 a 11 meses, amassar os alimentos com garfo; para bebês a partir de 12 meses, ofertar pedaços pequenos. **Intolerância a lactose**: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 23/mar	3ª FEIRA 24/mar	4ª FEIRA 25/mar	5ª FEIRA 26/mar	6ª FEIRA 27/mar
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Pera raspada	Laranja picadinha/gomos	Banana amassada	Mamão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos
ALMOÇO	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Macarrão colorido; Cenoura cozida; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos; Farofa de cebola; Alface picadinha; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Brócolis ao molho branco; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Inhame; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera raspada	Laranja picadinha/gomos	Banana amassada	Mamão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Batata e Cenoura), Macarrão, Frango em cubinhos.	Pernil em cubinhos; Alface picadinho; Arroz; Tutu de Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Batata, Brócolis).	Sopa de Vegetais (Inhame e Abobrinha), Macarrão e Carne em cubinhos.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
	1101,93	42	28	171	466,38	9,73	551,84	89,5
		15%	25%	62%				

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - BERÇÁRIO

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 meses a 1 ano **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Berçário: Para bebês de 6 a 11 meses, amassar os alimentos com garfo; para bebês a partir de 12 meses, ofertar pedaços pequenos. **Intolerância a lactose**: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 30/mar	3ª FEIRA 31/mar	4ª FEIRA 01/abr	5ª FEIRA 02/abr	6ª FEIRA 03/abr
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	FERIADO
COLAÇÃO	Maçã raspada	Laranja picadinha/gomos	Banana amassada	Manga amassada/cubinhos	FERIADO
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango com Chuchu em cubinhos; Abóbora refogada; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Salada de Repolho picadinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado) c/Batata; Alface Roxa picadinha; Arroz; Feijão.	FERIADO
SOBREMESA	Maçã raspada	Laranja picadinha/gomos	Banana amassada	Manga amassada/cubinhos	FERIADO
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	FERIADO
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Sopa cremosa de Abóbora batida, Chuchu, Macarrão, Frango em cubinhos.	Risoto de Frango c/Tomate; Repolho picadinho refogado; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Batata e Cenoura), Macarrão, Peixe desfiado.	FERIADO

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
	910,46	33	20	149	345,76	8,05	331,02	76,66
		12%	16%	52%				

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 1 a 3 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Berçário: Para bebês de 6 a 11 meses, amassar os alimentos; para bebês a partir de 12 meses, ofertar pedaços pequenos. **Intolerância a lactose**: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 02/mar	3ª FEIRA 03/mar	4ª FEIRA 04/mar	5ª FEIRA 05/mar	6ª FEIRA 06/mar
DESJEJUM	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Frango com Cenoura; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Purê de Batata; Alface; Arroz; Feijão.	Omelete c/Espinafre; Cenoura ralada; Macarrão ao molho vermelho; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos; Repolho roxo picadinho refogado e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia
LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Abobrinha).	Sopa de Vegetais (Batata, Cenoura), Macarrão e Fígado picadinho.	Omelete c/Espinafre; Cenoura cozida; Macarrão ao molho vermelho; Feijão batido.	Risoto de Frango c/Tomate; Repolho roxo picadinho refogado; Tutu de Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
	1225,43	47	24	207	390,15	7,1	753,6	41,07
		16%	18%	67%				

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 1 a 3 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Berçário: Para bebês de 6 a 11 meses, amassar os alimentos; para bebês a partir de 12 meses, ofertar pedaços pequenos. **Intolerância a lactose**: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 09/mar	3ª FEIRA 10/mar	4ª FEIRA 11/mar	5ª FEIRA 12/mar	6ª FEIRA 13/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana
ALMOÇO	Macarrão c/Carne moída ao molho vermelho; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Batata doce em cubinhos corada; Arroz c/Vagem; Feijão.	Vaca atolada (Carne em cubos c/Aipim); Alface roxa; Arroz c/colorau; Feijão.	Frango em cubos ao molho; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Arroz; Feijão.	Pernil suíno (cozido ou assado); Couve-flor ao molho branco; Tomate em cubinhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana
LANCHE	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Sopa de Vegetais (Abobrinha e Cenoura), Macarrão e Carne moída.	Sopa de Vegetais (Batata doce e Vagem), Macarrão, Frango em cubinhos.	Sopa cremosa de Aipim batido, Cenoura e Carne em cubinhos.	Risoto de Frango; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Feijão.	Sopa de Vegetais (Couve-flor, Cenoura), Macarrão e Pernil suíno em cubinhos.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
		10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	55% a 65% do VET				
	940,38	38	19	157	349,26	5,1	642,61	46,35
		16%	18%	67%				

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 1 a 3 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Berçário: Para bebês de 6 a 11 meses, amassar os alimentos; para bebês a partir de 12 meses, ofertar pedaços pequenos. **Intolerância a lactose**: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 16/mar	3ª FEIRA 17/mar	4ª FEIRA 18/mar	5ª FEIRA 19/mar	6ª FEIRA 20/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Pão francês torradinho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana
ALMOÇO	Ovos (cozidos ou mexidos); Couve refogada; Arroz c/Cenoura; Tutu de Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Strogonoff de Frango; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Músculo em cubinhos; Repolho picadinho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Tomate; Macarrão alho e óleo; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (cozidos ou mexidos); Tutu de Feijão com couve picadinha; Risoto de Cenoura.	Sobrecoxa desfiada ao molho vermelho; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Batata, Cenoura).	Sopa de Vegetais (Cenoura e Repolho picadinho), Macarrão, Músculo em cubinhos.	Risoto de Frango com Tomate; Feijão batido.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
		10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	55% a 65% do VET				
	1212,62	48	25	201	376,95	6,69	369,21	39,19
		16%	19%	66%				

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 1 a 3 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Berçário: Para bebês de 6 a 11 meses, amassar os alimentos; para bebês a partir de 12 meses, ofertar pedaços pequenos. **Intolerância a lactose**: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 23/mar	3ª FEIRA 24/mar	4ª FEIRA 25/mar	5ª FEIRA 26/mar	6ª FEIRA 27/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Pão de milho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Macarrão colorido; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos; Farofa de cebola; Alface; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Brócolis ao molho branco; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Inhame; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Batata e Cenoura), Macarrão, Frango em cubinhos.	Pernil em cubinhos; Alface picadinho; Arroz; Tutu de Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Batata, Brócolis).	Sopa de Vegetais (Inhame e Abobrinha), Macarrão e Carne em cubinhos.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
		10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	55% a 65% do VET				
	1038,66	42	22	169	350,03	5,67	306,49	47,55
		16%	19%	65%				

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 1 a 3 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Berçário: Para bebês de 6 a 11 meses, amassar os alimentos; para bebês a partir de 12 meses, ofertar pedaços pequenos. **Intolerância a lactose**: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 30/mar	3ª FEIRA 31/mar	4ª FEIRA 01/abr	5ª FEIRA 02/abr	6ª FEIRA 03/abr
DESJEJUM	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	FERIADO
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango com Chuchu em cubinhos; Abóbora refogada; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Salada de Repolho picadinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado) c/Batata; Alface Roxa; Arroz; Feijão.	FERIADO
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO
LANCHE	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Salada de Frutas (Banana e Manga) c/Iogurte	FERIADO
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Sopa cremosa de Abóbora batida, Chuchu, Macarrão, Frango em cubinhos.	Risoto de Frango c/Tomate; Repolho picadinho refogado; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Batata e Cenoura), Macarrão, Peixe desfiado.	FERIADO

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
	872,48	35	17	148	288,08	4,8	192,28	45,95
		13%	14%	54%				

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em CMEI)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 02/mar	3ª FEIRA 03/mar	4ª FEIRA 04/mar	5ª FEIRA 05/mar	6ª FEIRA 06/mar
DESJEJUM	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Frango com Cenoura; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Purê de Batata; Alface; Arroz; Feijão.	Omelete c/Espinafre; Cenoura ralada; Macarrão ao molho vermelho; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos; Repolho roxo picadinho refogado e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia
LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Abobrinha).	Sopa de Vegetais (Batata, Cenoura), Macarrão e Fígado picadinho.	Omelete c/Espinafre; Cenoura cozida; Macarrão ao molho vermelho; Feijão batido.	Risoto de Frango c/Tomate; Repolho roxo picadinho refogado; Tutu de Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1469,34	57	29	248
		16%	18%	67%

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matrícula 2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula L-2791

PARAÍBA DO SUL
PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em CMEI)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 09/mar	3ª FEIRA 10/mar	4ª FEIRA 11/mar	5ª FEIRA 12/mar	6ª FEIRA 13/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana
ALMOÇO	Macarrão c/Carne moída ao molho vermelho; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Batata doce em cubinhos corada; Arroz c/Vagem; Feijão.	Vaca atolada (Carne em cubos c/Aipim); Alface roxa; Arroz c/colorau; Feijão.	Frango em cubos ao molho; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Arroz; Feijão.	Pernil suíno (cozido ou assado); Couve-flor ao molho branco; Tomate em cubinhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana
LANCHE	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Sopa de Vegetais (Abobrinha e Cenoura), Macarrão e Carne moída.	Sopa de Vegetais (Batata doce e Vagem), Macarrão, Frango em cubinhos.	Sopa cremosa de Aipim batido, Cenoura e Carne em cubinhos.	Risoto de Frango; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Feijão.	Sopa de Vegetais (Couve-flor, Cenoura), Macarrão e Pernil suíno em cubinhos.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1155,89	47	23	193
		16%	18%	67%

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em CMEI)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 16/mar	3ª FEIRA 17/mar	4ª FEIRA 18/mar	5ª FEIRA 19/mar	6ª FEIRA 20/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Pão francês torradinho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana
ALMOÇO	Ovos (cozidos ou mexidos); Couve refogada; Arroz c/Cenoura; Tutu de Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Strogonoff de Frango; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Músculo em cubinhos; Repolho picadinho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Tomate; Macarrão alho e óleo; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (cozidos ou mexidos); Tutu de Feijão com couve picadinha; Risoto de Cenoura.	Sobrecoxa desfiada ao molho vermelho; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Batata, Cenoura).	Sopa de Vegetais (Cenoura e Repolho picadinho), Macarrão, Músculo em cubinhos.	Risoto de Frango com Tomate; Feijão batido.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g)	LPD (g)	CHO (g)
		10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	55% a 65% do VET
	1001,98	40	19	170
		13%	14%	54%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Mat. C-2755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em CMEI)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 23/mar	3ª FEIRA 24/mar	4ª FEIRA 25/mar	5ª FEIRA 26/mar	6ª FEIRA 27/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Pão de milho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Macarrão colorido; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos; Farofa de cebola; Alface; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Brócolis ao molho branco; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Inhame; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Batata e Cenoura), Macarrão, Frango em cubinhos.	Pernil em cubinhos; Alface picadinho; Arroz; Tutu de Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Batata, Brócolis).	Sopa de Vegetais (Inhame e Abobrinha), Macarrão e Carne em cubinhos.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1217,83	50	26	197
		17%	19%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em CMEI)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 30/mar	3ª FEIRA 31/mar	4ª FEIRA 01/abr	5ª FEIRA 02/abr	6ª FEIRA 03/abr
DESJEJUM	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	FERIADO
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango com Chuchu em cubinhos; Abóbora refogada; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Salada de Repolho picadinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado) c/Batata; Alface Roxa; Arroz; Feijão.	FERIADO
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO
LANCHE	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Salada de Frutas (Banana e Manga) c/Iogurte	FERIADO
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Sopa cremosa de Abóbora batida, Chuchu, Macarrão, Frango em cubinhos.	Risoto de Frango c/Tomate; Repolho picadinho refogado; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Batata e Cenoura), Macarrão, Peixe desfiado.	FERIADO

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1001,98	40	19	170
		13%	14%	54%

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matrícula 2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula L-2791

PARAÍBA DO SUL
PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em CMEI)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 02/mar	3ª FEIRA 03/mar	4ª FEIRA 04/mar	5ª FEIRA 05/mar	6ª FEIRA 06/mar
DESJEJUM	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Frango com Cenoura; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Purê de Batata; Alface; Arroz; Feijão.	Omelete c/Espinafre; Cenoura ralada; Macarrão ao molho vermelho; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos; Repolho roxo picadinho refogado e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia
LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Cenoura, Abobrinha).	Sopa de Vegetais (Batata, Cenoura), Macarrão e Fígado picadinho.	Omelete c/Espinafre; Cenoura cozida; Macarrão ao molho vermelho; Feijão batido.	Risoto de Frango c/Tomate; Repolho roxo picadinho refogado; Tutu de Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1469,34	57	29	248
		16%	18%	67%

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em CMEI)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 09/mar	3ª FEIRA 10/mar	4ª FEIRA 11/mar	5ª FEIRA 12/mar	6ª FEIRA 13/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana
ALMOÇO	Macarrão c/Carne moída ao molho vermelho; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Batata doce em cubinhos corada; Arroz c/Vagem; Feijão.	Vaca atolada (Carne em cubos c/Aipim); Alface roxa; Arroz c/colorau; Feijão.	Frango em cubos ao molho; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Arroz; Feijão.	Pernil suíno (cozido ou assado); Couve-flor ao molho branco; Tomate em cubinhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana
LANCHE	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Sopa de Vegetais (Abobrinha e Cenoura), Macarrão e Carne moída.	Sopa de Vegetais (Batata doce e Vagem), Macarrão, Frango em cubinhos.	Sopa cremosa de Aipim batido, Cenoura e Carne em cubinhos.	Risoto de Frango; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Feijão.	Sopa de Vegetais (Couve-flor, Cenoura), Macarrão e Pernil suíno em cubinhos.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1155,89	47	23	193
		16%	18%	67%

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em CMEI)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 16/mar	3ª FEIRA 17/mar	4ª FEIRA 18/mar	5ª FEIRA 19/mar	6ª FEIRA 20/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Pão francês torradinho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana
ALMOÇO	Ovos (cozidos ou mexidos); Couve refogada; Arroz c/Cenoura; Tutu de Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Strogonoff de Frango; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Músculo em cubinhos; Repolho picadinho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Tomate; Macarrão alho e óleo; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (cozidos ou mexidos); Tutu de Feijão com couve picadinha; Risoto de Cenoura.	Sobrecoxa desfiada ao molho vermelho; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Batata, Cenoura).	Sopa de Vegetais (Cenoura e Repolho picadinho), Macarrão, Músculo em cubinhos.	Risoto de Frango com Tomate; Feijão batido.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1001,98	40	19	170
		13%	14%	54%

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em CMEI)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 23/mar	3ª FEIRA 24/mar	4ª FEIRA 25/mar	5ª FEIRA 26/mar	6ª FEIRA 27/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Pão de milho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Macarrão colorido; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos; Farofa de cebola; Alface; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Brócolis ao molho branco; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Inhame; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Batata e Cenoura), Macarrão, Frango em cubinhos.	Pernil em cubinhos; Alface picadinho; Arroz; Tutu de Feijão.	Canja (Arroz, Frango, Batata, Brócolis).	Sopa de Vegetais (Inhame e Abobrinha), Macarrão e Carne em cubinhos.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1217,83	50	26	197
		17%	19%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em CMEI)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 30/mar	3ª FEIRA 31/mar	4ª FEIRA 01/abr	5ª FEIRA 02/abr	6ª FEIRA 03/abr
DESJEJUM	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	FERIADO
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango com Chuchu em cubinhos; Abóbora refogada; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Salada de Repolho picadinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado) c/Batata; Alface Roxa; Arroz; Feijão.	FERIADO
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO
LANCHE	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Salada de Frutas (Banana e Manga) c/Iogurte	FERIADO
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.	Sopa cremosa de Abóbora batida, Chuchu, Macarrão, Frango em cubinhos.	Risoto de Frango c/Tomate; Repolho picadinho refogado; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Batata e Cenoura), Macarrão, Peixe desfiado.	FERIADO

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1001,98	40	19	170
		13%	14%	54%

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em escolas)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral
Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 02/mar	3ª FEIRA 03/mar	4ª FEIRA 04/mar	5ª FEIRA 05/mar	6ª FEIRA 06/mar
DESJEJUM	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Frango com Cenoura; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Purê de Batata; Alface; Arroz; Feijão.	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Cenoura ralada; Macarrão ao molho vermelho; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos; Repolho roxo finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia
LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Frango com Cenoura; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Purê de Batata; Alface; Arroz; Feijão.	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos; Repolho roxo finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1620,43	66	34	266
		16%	19%	66%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matr. Y-2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula L-2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em escolas)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral
Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 09/mar	3ª FEIRA 10/mar	4ª FEIRA 11/mar	5ª FEIRA 12/mar	6ª FEIRA 13/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
COLAÇÃO	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana
ALMOÇO	Macarrão c/Carne moída ao molho vermelho; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Batata doce em cubinhos corada; Arroz c/Vagem; Feijão.	Vaca atolada (Carne em cubos c/Aipim); Alface roxa; Arroz c/colorau; Feijão.	Frango em cubos ao molho; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Arroz; Feijão.	Pernil suíno (cozido ou assado); Couve-flor ao molho branco; Tomate em cubinhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana
LANCHE	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Macarrão c/Carne moída ao molho vermelho; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Batata doce em cubinhos corada; Arroz c/Vagem; Feijão.	Vaca atolada (Carne em cubos c/Aipim); Alface roxa; Arroz c/colorau; Feijão.	Frango em cubos ao molho; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Arroz; Feijão.	Pernil suíno (cozido ou assado); Couve-flor ao molho branco; Tomate em cubinhos; Arroz; Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1496,42	63	31	245
		17%	19%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Mat. Y-2755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula L-2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**











PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em escolas)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 16/mar	3ª FEIRA 17/mar	4ª FEIRA 18/mar	5ª FEIRA 19/mar	6ª FEIRA 20/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana
ALMOÇO	Ovos (cozidos ou mexidos); Couve refogada; Arroz c/Cenoura; Tutu de Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Strogonoff de Frango; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Músculo em cubinhos; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Tomate; Macarrão alho e óleo; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (cozidos ou mexidos); Couve refogada; Arroz c/Cenoura; Tutu de Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Strogonoff de Frango; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Músculo em cubinhos; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Tomate; Macarrão alho e óleo; Arroz; Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1522,92	62	31	252
		16%	18%	66%

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em escolas)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral
Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 23/mar	3ª FEIRA 24/mar	4ª FEIRA 25/mar	5ª FEIRA 26/mar	6ª FEIRA 27/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Pão de milho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
COLAÇÃO	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Macarrão colorido; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos; Farofa de cebola; Alface; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Brócolis ao molho branco; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Inhame; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Macarrão colorido; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos; Farofa de cebola; Alface; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Brócolis ao molho branco; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Inhame; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1485,86	61	31	243
		17%	19%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Matr. Y-2755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula Y-2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em escolas)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Integral
Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 30/mar	3ª FEIRA 31/mar	4ª FEIRA 01/abr	5ª FEIRA 02/abr	6ª FEIRA 03/abr
DESJEJUM	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	FERIADO
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango com Chuchu em cubinhos; Abóbora refogada; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Salada de Repolho finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado) c/Batata; Alface Roxa; Arroz; Feijão.	FERIADO
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO
LANCHE	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	FERIADO
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Legumes cozidos em cubinhos (Cenoura e Chuchu); Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Salada de Repolho finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado) c/Batata; Alface Roxa; Arroz; Feijão.	FERIADO

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1156,93	47	23	193
		13%	14%	53%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Mat. 2755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em escolas)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Parcial
Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 02/mar	3ª FEIRA 03/mar	4ª FEIRA 04/mar	5ª FEIRA 05/mar	6ª FEIRA 06/mar
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Frango com Cenoura; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Purê de Batata; Alface; Arroz; Feijão.	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Cenoura ralada; Macarrão ao molho vermelho; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos; Repolho roxo finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	806,94	31	18	131
		15%	20%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matrícula 2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em escolas)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 09/mar	3ª FEIRA 10/mar	4ª FEIRA 11/mar	5ª FEIRA 12/mar	6ª FEIRA 13/mar
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Macarrão c/Carne moída ao molho vermelho; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Batata doce em cubinhos corada; Arroz c/Vagem; Feijão.	Vaca atolada (Carne em cubos c/Aipim); Alface roxa; Arroz c/colorau; Feijão.	Frango em cubos ao molho; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Arroz; Feijão.	Pernil suíno (cozido ou assado); Couve-flor ao molho branco; Tomate em cubinhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	780,18	31	16	128
		16%	19%	66%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Matrícula 2255 CRN-4 18101432

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em escolas)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 16/mar	3ª FEIRA 17/mar	4ª FEIRA 18/mar	5ª FEIRA 19/mar	6ª FEIRA 20/mar
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Ovos (cozidos ou mexidos); Couve refogada; Arroz c/Cenoura; Tutu de Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Strogonoff de Frango; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Músculo em cubinhos; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Tomate; Macarrão alho e óleo; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	165,71	30	18	123
		16%	21%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matrícula 2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em escolas)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 23/mar	3ª FEIRA 24/mar	4ª FEIRA 25/mar	5ª FEIRA 26/mar	6ª FEIRA 27/mar
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Pão de milho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Macarrão colorido; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos; Farofa de cebola; Alface; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Brócolis ao molho branco; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Inhame; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	746	31	16	121
		17%	19%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Mat. 2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - PRÉ (em escolas)
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 4 a 5 anos **PERÍODO** Parcial
Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 30/mar	3ª FEIRA 31/mar	4ª FEIRA 01/abr	5ª FEIRA 02/abr	6ª FEIRA 03/abr
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	FERIADO
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango com Chuchu em cubinhos; Abóbora refogada; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Salada de Repolho finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado) c/Batata; Alface Roxa; Arroz; Feijão.	FERIADO
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	589,72	24	12	98
		13%	14%	53%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matrícula 2255
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - FUNDAMENTAL
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 a 15 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 02/mar	3ª FEIRA 03/mar	4ª FEIRA 04/mar	5ª FEIRA 05/mar	6ª FEIRA 06/mar
DESJEJUM	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Frango com Cenoura; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Purê de Batata; Alface; Arroz; Feijão.	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Cenoura ralada; Macarrão ao molho vermelho; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos; Repolho roxo finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia
LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Frango com Cenoura; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Purê de Batata; Alface; Arroz; Feijão.	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos; Repolho roxo finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	2252,64	95	47	366
		17%	19%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Mat. 2755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - FUNDAMENTAL
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 a 15 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 09/mar	3ª FEIRA 10/mar	4ª FEIRA 11/mar	5ª FEIRA 12/mar	6ª FEIRA 13/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
COLAÇÃO	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana
ALMOÇO	Macarrão c/Carne moída ao molho vermelho; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Batata doce em cubinhos corada; Arroz c/Vagem; Feijão.	Vaca atolada (Carne em cubos c/Aipim); Alface roxa; Arroz c/colorau; Feijão.	Frango em cubos ao molho; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Arroz; Feijão.	Pernil suíno (cozido ou assado); Couve-flor ao molho branco; Tomate em cubinhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana
LANCHE	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Macarrão c/Carne moída ao molho vermelho; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Batata doce em cubinhos corada; Arroz c/Vagem; Feijão.	Vaca atolada (Carne em cubos c/Aipim); Alface roxa; Arroz c/colorau; Feijão.	Frango em cubos ao molho; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Arroz; Feijão.	Pernil suíno (cozido ou assado); Couve-flor ao molho branco; Tomate em cubinhos; Arroz; Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	2317,9	99	47	377
		17%	18%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - FUNDAMENTAL
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 a 15 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 16/mar	3ª FEIRA 17/mar	4ª FEIRA 18/mar	5ª FEIRA 19/mar	6ª FEIRA 20/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana
ALMOÇO	Ovos (cozidos ou mexidos); Couve refogada; Arroz c/Cenoura; Tutu de Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Strogonoff de Frango; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Músculo em cubinhos; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Tomate; Macarrão alho e óleo; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (cozidos ou mexidos); Couve refogada; Arroz c/Cenoura; Tutu de Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Strogonoff de Frango; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Músculo em cubinhos; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Tomate; Macarrão alho e óleo; Arroz; Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	2415,34	96	48	404
		16%	18%	67%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matrícula 2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - FUNDAMENTAL
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 a 15 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:
Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos:** Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos:** Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes:** Não há modificações. **Doença celíaca:** Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 23/mar	3ª FEIRA 24/mar	4ª FEIRA 25/mar	5ª FEIRA 26/mar	6ª FEIRA 27/mar
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Pão de milho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
COLAÇÃO	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Macarrão colorido; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos; Farofa de cebola; Alface; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Brócolis ao molho branco; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Inhame; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Macarrão colorido; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos; Farofa de cebola; Alface; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Brócolis ao molho branco; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Inhame; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	2367,44	101	48	384
		17%	18%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Matrícula 2755 CRN-4 18104412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - FUNDAMENTAL
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 a 15 anos **PERÍODO** Integral

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 30/mar	3ª FEIRA 31/mar	4ª FEIRA 01/abr	5ª FEIRA 02/abr	6ª FEIRA 03/abr
DESJEJUM	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	FERIADO
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO
ALMOÇO	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango com Chuchu em cubinhos; Abóbora refogada; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Salada de Repolho finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado) c/Batata; Alface Roxa; Arroz; Feijão.	FERIADO
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO
LANCHE	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	FERIADO
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Legumes cozidos em cubinhos (Cenoura e Chuchu); Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Salada de Repolho finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado) c/Batata; Alface Roxa; Arroz; Feijão.	FERIADO

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1908	76	35	323
		13%	13%	54%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Matrícula 2755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula L-2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - FUNDAMENTAL
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 a 15 anos **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 02/mar	3ª FEIRA 03/mar	4ª FEIRA 04/mar	5ª FEIRA 05/mar	6ª FEIRA 06/mar
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Frango com Cenoura; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Purê de Batata; Alface; Arroz; Feijão.	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Cenoura ralada; Macarrão ao molho vermelho; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos; Repolho roxo finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1170,5	48	24	192
		17%	18%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matr. L-2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula L-2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL
PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - FUNDAMENTAL
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 a 15 anos **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 09/mar	3ª FEIRA 10/mar	4ª FEIRA 11/mar	5ª FEIRA 12/mar	6ª FEIRA 13/mar
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Macarrão c/Carne moída ao molho vermelho; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Batata doce em cubinhos corada; Arroz c/Vagem; Feijão.	Vaca atolada (Carne em cubos c/Aipim); Alface roxa; Arroz c/colorau; Feijão.	Frango em cubos ao molho; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Arroz; Feijão.	Pernil suíno (cozido ou assado); Couve-flor ao molho branco; Tomate em cubinhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1189,24	50	24	195
		17%	18%	66%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Mat. F-2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula F-2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - FUNDAMENTAL
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 a 15 anos **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 16/mar	3ª FEIRA 17/mar	4ª FEIRA 18/mar	5ª FEIRA 19/mar	6ª FEIRA 20/mar
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Ovos (cozidos ou mexidos); Couve refogada; Arroz c/Cenoura; Tutu de Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Strogonoff de Frango; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Músculo em cubinhos; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Tomate; Macarrão alho e óleo; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1221,34	48	24	204
		16%	18%	67%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Mat. L-2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula L-2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - FUNDAMENTAL
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 a 15 anos **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 23/mar	3ª FEIRA 24/mar	4ª FEIRA 25/mar	5ª FEIRA 26/mar	6ª FEIRA 27/mar
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Pão de milho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Macarrão colorido; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos; Farofa de cebola; Alface; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Brócolis ao molho branco; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Inhame; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1242,64	53	27	198
		17%	20%	64%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Mat. F-2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula F-2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - FUNDAMENTAL
MODALIDADE DE ENSINO
ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** 6 a 15 anos **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 30/mar	3ª FEIRA 31/mar	4ª FEIRA 01/abr	5ª FEIRA 02/abr	6ª FEIRA 03/abr
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	FERIADO
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango com Chuchu em cubinhos; Abóbora refogada; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Salada de Repolho finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado) c/Batata; Alface Roxa; Arroz; Feijão.	FERIADO
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	881,05	36	17	147
		13%	14%	53%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matrícula 2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**



PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - EJA

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** EJA **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

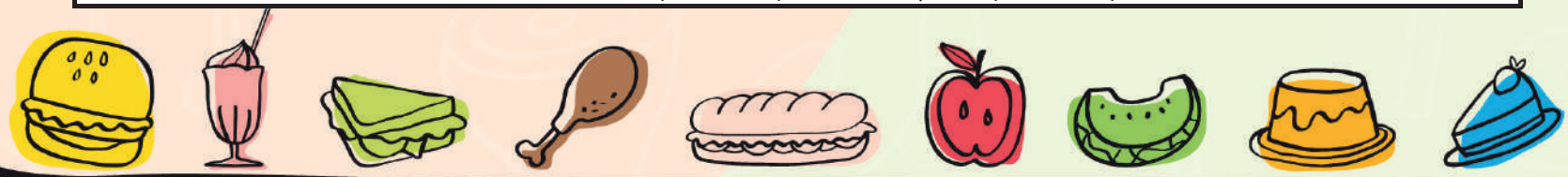
	2ª FEIRA 02/mar	3ª FEIRA 03/mar	4ª FEIRA 04/mar	5ª FEIRA 05/mar	6ª FEIRA 06/mar
LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Maçã (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Frango com Cenoura; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Purê de Batata; Alface; Arroz; Feijão.	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Cenoura ralada; Macarrão ao molho vermelho; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos; Repolho roxo finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Mamão	Banana	Melancia

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**15% a 30% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1386,71	60	30	222
		17%	19%	64%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matrícula 2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**



PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - EJA

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** EJA **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 09/mar	3ª FEIRA 10/mar	4ª FEIRA 11/mar	5ª FEIRA 12/mar	6ª FEIRA 13/mar
LANCHE	Vitamina de Banana c/Pera (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
JANTAR	Macarrão c/Carne moída ao molho vermelho; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Batata doce em cubinhos corada; Arroz c/Vagem; Feijão.	Vaca atolada (Carne em cubos c/Aipim); Alface roxa; Arroz c/colorau; Feijão.	Frango em cubos ao molho; Berinjela em cubinhos refogada c/cebolinha; Arroz; Feijão.	Pernil suíno (cozido ou assado); Couve-flor ao molho branco; Tomate em cubinhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Mamão	Melancia	Banana

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**15% a 30% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1405,89	61	29	227
		18%	18%	64%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matrícula 2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - EJA

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** EJA **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 16/mar	3ª FEIRA 17/mar	4ª FEIRA 18/mar	5ª FEIRA 19/mar	6ª FEIRA 20/mar
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/cenoura)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (cozidos ou mexidos); Couve refogada; Arroz c/Cenoura; Tutu de Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Strogonoff de Frango; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Músculo em cubinhos; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Tomate; Macarrão alho e óleo; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melão	Melancia	Banana

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**15% a 30% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1412,3	60	30	228
		17%	19%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Mat. T-2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula T-2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - EJA

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** EJA **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 23/mar	3ª FEIRA 24/mar	4ª FEIRA 25/mar	5ª FEIRA 26/mar	6ª FEIRA 27/mar
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Pão de milho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Macarrão colorido; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos; Farofa de cebola; Alface; Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/colorau; Brócolis ao molho branco; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Inhame; Abobrinha refogada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Pera	Laranja	Banana	Mamão	Melancia

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**15% a 30% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1402,52	62	30	224
		18%	19%	64%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matrícula 2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE PARAÍBA DO SUL - PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - EJA

MODALIDADE DE ENSINO

ZONA Rural ou Urbana **FAIXA ETÁRIA** EJA **PERÍODO** Parcial

Necessidades Alimentares Especiais:

Intolerância a lactose: Substituir pelo leite sem lactose. **Vegetarianos**: Não ofertar a carne do dia. **Diabéticos**: Trocar o suco pela fruta ou leite com fruta. / Obs.: fruta de preferência com aveia (banana, mamão e maçã). / Para quem tiver prescrição de arroz integral, favor substituir. **Alergia a Corantes**: Não há modificações. **Doença celíaca**: Autorizado a levar comida de casa.

MARÇO DE 2026

	2ª FEIRA 30/mar	3ª FEIRA 31/mar	4ª FEIRA 01/abr	5ª FEIRA 02/abr	6ª FEIRA 03/abr
LANCHE	Vitamina alaranjada de Banana (c/Cenoura - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	FERIADO
JANTAR	Carne moída; Polenta; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango com Chuchu em cubinhos; Abóbora refogada; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Salada de Repolho finhinho e Tomate em cubos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado) c/Batata; Alface Roxa; Arroz; Feijão.	FERIADO
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Banana	Manga	FERIADO

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**15% a 30% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1065,91	47	22	171
		14%	15%	52%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Matr. Y-2755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula L-2791

Emmanuelle O. S. Canedo (CRN-4 18101412) **Sirlene Lopes Muniz (CRN-4 21102403)**



PARAÍBA DO SUL PREFEITURA