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.

SETEMBRO E OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 29/set	3ª FEIRA 30/set	4ª FEIRA 01/out	5ª FEIRA 02/out	6ª FEIRA 03/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão Francês c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Leite morno (s/açúcar)
COLAÇÃO	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão
ALMOÇO	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos c/Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Frango com Inhame; Farofa de Ovos c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Músculo desfiado; Salada crua de Cenoura, Repolho e Couve fininhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos c/Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Frango com Inhame; Farofa de Ovos c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Músculo desfiado; Salada crua de Cenoura, Repolho e Couve fininhos; 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
	1474,39	61	30	243
		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 - 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 06/out	3ª FEIRA 07/out	4ª FEIRA 08/out	5ª FEIRA 09/out	6ª FEIRA 10/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	Melancia
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete) c/Couve; Abobrinha e Tomate crus em cubinhos; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Frango c/Chuchu e Abobrinha (cubos); Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Espinafre; Aipim na manteiga; Alface e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Couve e Tomate; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de Inhame c/Cheiro verde; Cenoura ralada; Arroz c/Abobrinha; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura ralada)
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete) c/Couve; Abobrinha e Tomate crus em cubinhos; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Frango c/Chuchu e Abobrinha (cubos); Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Espinafre; Aipim na manteiga; Alface e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Couve e Tomate; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de Inhame c/Cheiro verde; Cenoura ralada; Arroz c/Abobrinha; 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**
	1529,37	62	34	246
		6%	20%	64%

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)**

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 13/out	3ª FEIRA 14/out	4ª FEIRA 15/out	5ª FEIRA 16/out	6ª FEIRA 17/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão
ALMOÇO	Carne moída; Abóbora refogada; Salada crua de Repolho fininho e Tomate; Arroz; Feijão.	Frango com Batata; Abobrinha refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Inhame refogado; Alface, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Farofa de Ovos c/Couve; Tomate e Cenoura ralada; Arroz c/Chuchu; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão
LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Salada crua de Repolho fininho e Tomate; Arroz; Feijão.	Frango com Batata; Abobrinha refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Inhame refogado; Alface, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Farofa de Ovos c/Couve; Tomate e Cenoura ralada; Arroz c/Chuchu; 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**
	1136,43	49	24	185
		14%	16%	52%

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** 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 20/out	3ª FEIRA 21/out	4ª FEIRA 22/out	5ª FEIRA 23/out	6ª FEIRA 24/out
DESJEJUM	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Manga (s/açúcar)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Laranja	Mamão	Melancia
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/Aipim; Abóbora refogada; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Batata corada; Alface, Repolho fininho e Tomate; Arroz c/Abobrinha; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Frango desfiado e Chuchu; Espinafre refogado; Cenoura ralada; Arroz e Feijão.	Ensopado de Carne em cubos c/legumes (Inhame e Abóbora); Couve fininha, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Laranja	Mamão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/Aipim; Abóbora refogada; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Batata corada; Alface, Repolho fininho e Tomate; Arroz c/Abobrinha; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Frango desfiado e Chuchu; Espinafre refogado; Cenoura ralada; Arroz e Feijão.	Ensopado de Carne em cubos c/legumes (Inhame e Abóbora); Couve fininha, Tomate e Cenoura ralada; 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**
	1494,83	59	29	253
		16%	18%	68%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Mat. nº 2755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 1...791

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 27/out	3ª FEIRA 28/out	4ª FEIRA 29/out	5ª FEIRA 30/out	6ª FEIRA 31/out
DESJEJUM	RECESSO	FERIADO	Pão de Milho c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	RECESSO	FERIADO	Laranja	Melancia	Mamão
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	Carne moída c/Abobrinha; Purê de Abóbora; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Tomate e Cenoura; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos c/Espinafre; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	RECESSO	FERIADO	Laranja	Melancia	Mamão
LANCHE	RECESSO	FERIADO	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	RECESSO	FERIADO	Carne moída c/Abobrinha; Purê de Abóbora; Salada de Alface, Couve fininha e Tomate; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Tomate e Cenoura; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos c/Espinafre; Repolho fininho e Cenoura ralada; 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
	936,54	38	22	148
		10%	13%	38%

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2741

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.

SETEMBRO E OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 29/set	3ª FEIRA 30/set	4ª FEIRA 01/out	5ª FEIRA 02/out	6ª FEIRA 03/out
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão Francês c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Leite morno (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos c/Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Frango com Inhame; Farofa de Ovos c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Músculo desfiado; Salada crua de Cenoura, Repolho e Couve fininhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão

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**
	777,13	31	16	128
		16%	19%	66%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Mat. Nº 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 06/out	3ª FEIRA 07/out	4ª FEIRA 08/out	5ª FEIRA 09/out	6ª FEIRA 10/out
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete) c/Couve; Abobrinha e Tomate crus em cubinhos; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Frango c/Chuchu e Abobrinha (cubos); Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Espinafre; Aipim na manteiga; Alface e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Couve e Tomate; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de Inhame c/Cheiro verde; Cenoura ralada; Arroz c/Abobrinha; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	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**
	784,4	31	18	126
		16%	20%	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 - 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 13/out	3ª FEIRA 14/out	4ª FEIRA 15/out	5ª FEIRA 16/out	6ª FEIRA 17/out
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Salada crua de Repolho fininho e Tomate; Arroz; Feijão.	Frango com Batata; Abobrinha refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Inhame refogado; Alface, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Farofa de Ovos c/Couve; Tomate e Cenoura ralada; Arroz c/Chuchu; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão

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**
	623,38	25	13	104
		13%	15%	53%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Matrícula 1-2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 1-2791

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 20/out	3ª FEIRA 21/out	4ª FEIRA 22/out	5ª FEIRA 23/out	6ª FEIRA 24/out
DESJEJUM ou LANCHE	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Manga (s/açúcar)	Pão Francês 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	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/Aipim; Abóbora refogada; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Batata corada; Alface, Repolho fininho e Tomate; Arroz c/Abobrinha; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Frango desfiado e Chuchu; Espinafre refogado; Cenoura ralada; Arroz e Feijão.	Ensopado de Carne em cubos c/legumes (Inhame e Abóbora); Couve fininha, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Laranja	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**
	786,28	30	16	133
		15%	18%	68%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Mat. Nº 2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 1-2791

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.

SETEMBRO E OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 29/set	3ª FEIRA 30/set	4ª FEIRA 01/out	5ª FEIRA 02/out	6ª FEIRA 03/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão Francês c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Leite morno (s/açúcar)
COLAÇÃO	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão
ALMOÇO	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos c/Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Frango com Inhame; Farofa de Ovos c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Músculo desfiado; Salada crua de Cenoura, Repolho e Couve fininhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos c/Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Frango com Inhame; Farofa de Ovos c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Músculo desfiado; Salada crua de Cenoura, Repolho e Couve fininhos; 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**
	2349,1	100	51	377
		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 - 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 06/out	3ª FEIRA 07/out	4ª FEIRA 08/out	5ª FEIRA 09/out	6ª FEIRA 10/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	Melancia
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete) c/Couve; Abobrinha e Tomate crus em cubinhos; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Frango c/Chuchu e Abobrinha (cubos); Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Espinafre; Aipim na manteiga; Alface e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Couve e Tomate; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de Inhame c/Cheiro verde; Cenoura ralada; Arroz c/Abobrinha; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura ralada)
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete) c/Couve; Abobrinha e Tomate crus em cubinhos; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Frango c/Chuchu e Abobrinha (cubos); Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Espinafre; Aipim na manteiga; Alface e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Couve e Tomate; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de Inhame c/Cheiro verde; Cenoura ralada; Arroz c/Abobrinha; 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**
	2359,26	98	54	375
		17%	21%	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 - 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 27/out	3ª FEIRA 28/out	4ª FEIRA 29/out	5ª FEIRA 30/out	6ª FEIRA 31/out
DESJEJUM ou LANCHE	**RECESSO**	**FERIADO**	Pão de Milho c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	**RECESSO**	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Purê de Abóbora; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Tomate e Cenoura; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos c/Espinafre; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	**RECESSO**	**FERIADO**	Laranja	Melancia	Mamão

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**
	482,52	19	11	78
		9%	13%	39%

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 - 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 13/out	3ª FEIRA 14/out	4ª FEIRA 15/out	5ª FEIRA 16/out	6ª FEIRA 17/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão
ALMOÇO	Carne moída; Abóbora refogada; Salada crua de Repolho fininho e Tomate; Arroz; Feijão.	Frango com Batata; Abobrinha refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Inhame refogado; Alface, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Farofa de Ovos c/Couve; Tomate e Cenoura ralada; Arroz c/Chuchu; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão
LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Salada crua de Repolho fininho e Tomate; Arroz; Feijão.	Frango com Batata; Abobrinha refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Inhame refogado; Alface, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Farofa de Ovos c/Couve; Tomate e Cenoura ralada; Arroz c/Chuchu; 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**
	1911,9	81	40	311
		14%	15%	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 - 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 20/out	3ª FEIRA 21/out	4ª FEIRA 22/out	5ª FEIRA 23/out	6ª FEIRA 24/out
DESJEJUM	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Manga (s/açúcar)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Laranja	Mamão	Melancia
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/Aipim; Abóbora refogada; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Batata corada; Alface, Repolho fininho e Tomate; Arroz c/Abobrinha; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Frango desfiado e Chuchu; Espinafre refogado; Cenoura ralada; Arroz e Feijão.	Ensopado de Carne em cubos c/legumes (Inhame e Abóbora); Couve fininha, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Laranja	Mamão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/Aipim; Abóbora refogada; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Batata corada; Alface, Repolho fininho e Tomate; Arroz c/Abobrinha; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Frango desfiado e Chuchu; Espinafre refogado; Cenoura ralada; Arroz e Feijão.	Ensopado de Carne em cubos c/legumes (Inhame e Abóbora); Couve fininha, Tomate e Cenoura ralada; 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**
	2344,88	97	48	385
		17%	19%	66%

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 27/out	3ª FEIRA 28/out	4ª FEIRA 29/out	5ª FEIRA 30/out	6ª FEIRA 31/out
DESJEJUM	**RECESSO**	**FERIADO**	Pão de Milho c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	**RECESSO**	**FERIADO**	Laranja	Melancia	Mamão
ALMOÇO	**RECESSO**	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Purê de Abóbora; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Tomate e Cenoura; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos c/Espinafre; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	**RECESSO**	**FERIADO**	Laranja	Melancia	Mamão
LANCHE	**RECESSO**	**FERIADO**	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	**RECESSO**	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Purê de Abóbora; Salada de Alface, Couve fininha e Tomate; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Tomate e Cenoura; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos c/Espinafre; Repolho fininho e Cenoura ralada; 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**
	1423,78	59	33	226
		10%	12%	38%

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 - 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.

SETEMBRO E OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 29/set	3ª FEIRA 30/set	4ª FEIRA 01/out	5ª FEIRA 02/out	6ª FEIRA 03/out
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão Francês c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Leite morno (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos c/Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Frango com Inhame; Farofa de Ovos c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Músculo desfiado; Salada crua de Cenoura, Repolho e Couve fininhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão

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**
	1155,14	48	25	187
		17%	19%	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 - 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 06/out	3ª FEIRA 07/out	4ª FEIRA 08/out	5ª FEIRA 09/out	6ª FEIRA 10/out
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete) c/Couve; Abobrinha e Tomate crus em cubinhos; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Frango c/Chuchu e Abobrinha (cubos); Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Espinafre; Aipim na manteiga; Alface e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Couve e Tomate; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de Inhame c/Cheiro verde; Cenoura ralada; Arroz c/Abobrinha; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	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**
	1181,36	49	26	189
		17%	20%	64%

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 1...791

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 13/out	3ª FEIRA 14/out	4ª FEIRA 15/out	5ª FEIRA 16/out	6ª FEIRA 17/out
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Salada crua de Repolho fininho e Tomate; Arroz; Feijão.	Frango com Batata; Abobrinha refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Inhame refogado; Alface, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Farofa de Ovos c/Couve; Tomate e Cenoura ralada; Arroz c/Chuchu; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão

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**
	969,69	41	20	158
		13%	15%	52%

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 - 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 20/out	3ª FEIRA 21/out	4ª FEIRA 22/out	5ª FEIRA 23/out	6ª FEIRA 24/out
DESJEJUM ou LANCHE	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Manga (s/açúcar)	Pão Francês 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	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/Aipim; Abóbora refogada; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Batata corada; Alface, Repolho fininho e Tomate; Arroz c/Abobrinha; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Frango desfiado e Chuchu; Espinafre refogado; Cenoura ralada; Arroz e Feijão.	Ensopado de Carne em cubos c/legumes (Inhame e Abóbora); Couve fininha, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Laranja	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**
	1210,28	49	25	199
		16%	18%	66%

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 - 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 27/out	3ª FEIRA 28/out	4ª FEIRA 29/out	5ª FEIRA 30/out	6ª FEIRA 31/out
DESJEJUM ou LANCHE	**RECESSO**	**FERIADO**	Pão de Milho c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	**RECESSO**	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Purê de Abóbora; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Tomate e Cenoura; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos c/Espinafre; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	**RECESSO**	**FERIADO**	Laranja	Melancia	Mamão

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**
	709,13	29	17	111
		10%	13%	38%

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.

SETEMBRO E OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 29/set	3ª FEIRA 30/set	4ª FEIRA 01/out	5ª FEIRA 02/out	6ª FEIRA 03/out
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão Francês c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Leite morno (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos c/Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Frango com Inhame; Farofa de Ovos c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Músculo desfiado; Salada crua de Cenoura, Repolho e Couve fininhos; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão

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**
	1252,35	57	26	200
		19%	19%	63%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Mat. 1-2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 1-2791

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 06/out	3ª FEIRA 07/out	4ª FEIRA 08/out	5ª FEIRA 09/out	6ª FEIRA 10/out
LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete) c/Couve; Abobrinha e Tomate crus em cubinhos; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Frango c/Chuchu e Abobrinha (cubos); Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Espinafre; Aipim na manteiga; Alface e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Couve e Tomate; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de Inhame c/Cheiro verde; Cenoura ralada; Arroz c/Abobrinha; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	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**
	1396,63	62	33	216
		18%	21%	62%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula E-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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 13/out	3ª FEIRA 14/out	4ª FEIRA 15/out	5ª FEIRA 16/out	6ª FEIRA 17/out
LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Salada crua de Repolho fininho e Tomate; Arroz; Feijão.	Frango com Batata; Abobrinha refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Inhame refogado; Alface, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Farofa de Ovos c/Couve; Tomate e Cenoura ralada; Arroz c/Chuchu; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão

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**
	1119,79	49	22	184
		14%	14%	53%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Matr. 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 20/out	3ª FEIRA 21/out	4ª FEIRA 22/out	5ª FEIRA 23/out	6ª FEIRA 24/out
LANCHE	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Manga (s/açúcar)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Refresco de Manga (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/Aipim; Abóbora refogada; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Batata corada; Alface, Repolho fininho e Tomate; Arroz c/Abobrinha; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Frango desfiado e Chuchu; Espinafre refogado; Cenoura ralada; Arroz e Feijão.	Ensopado de Carne em cubos c/legumes (Inhame e Abóbora); Couve fininha, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Laranja	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**
	1389,46	58	28	230
		17%	18%	66%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula E-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.

OUTUBRO DE 2025

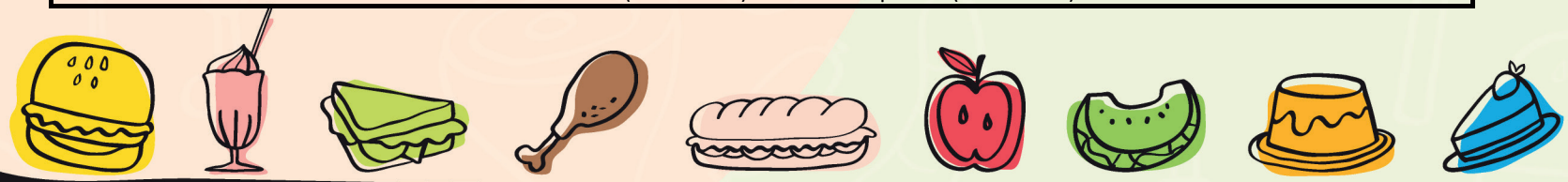
	2ª FEIRA 27/out	3ª FEIRA 28/out	4ª FEIRA 29/out	5ª FEIRA 30/out	6ª FEIRA 31/out
LANCHE	**RECESSO**	**FERIADO**	Pão de Milho c/Manteiga + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito palito + Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	**RECESSO**	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Purê de Abóbora; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Tomate e Cenoura; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos c/Espinafre; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	**RECESSO**	**FERIADO**	Laranja	Melancia	Mamão

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**
	863,97	38	21	132
		10%	13%	37%

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 - 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.

SETEMBRO E OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 29/set	3ª FEIRA 30/set	4ª FEIRA 01/out	5ª FEIRA 02/out	6ª FEIRA 03/out
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Melão amassado/cubinhos	Maçã raspada	Mamão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos	Mamão amassado/cubinhos
ALMOÇO	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura cozida; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos c/Batata; Salada de Alface e Tomate bem picadinhos; Arroz c/ Cenoura; Feijão	Frango com Inhame; Farofa de Ovos c/Espinafre picadinho; Cenoura cozida; Arroz; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Músculo desf.; Cenoura, Repolho e Couve refogados; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Melão amassado/cubinhos	Maçã raspada	Mamão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos	Mamão amassado/cubinhos
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura), Macarrão e Carne moída.	Frango desfiado; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Cenoura), Macarrão e Pernil em cubinhos	Risoto de Frango com Cenoura ralada e Espinafre picadinho; Feijão.	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura, Repolho e Couve picadinhos), Macarrão e Músculo 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)
	979,35	39	22	155	323,06	8,1	489,5	74,77
		16%	21%	64%				

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 06/out	3ª FEIRA 07/out	4ª FEIRA 08/out	5ª FEIRA 09/out	6ª FEIRA 10/out
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Maçã raspada	Laranja picadinha/gomos	Mamão amassado/cubinhos	Melão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete) c/Couve; Abobrinha e Tomate em cubinhos; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Frango c/Chuchu e Abobrinha (cubinhos); Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Espinafre; Aipim na manteiga; Alface picadinho e Cenoura cozida; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Couve e Tomate picadinhos; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de Inhame c/Cheiro verde; Cenoura ralada ; Arroz c/Abobrinha; Feijão.
SOBREMESA	Maçã raspada	Laranja picadinha/gomos	Mamão amassado/cubinhos	Melão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Risoto de Ovos c/Couve picadinha e Chuchu; Abobrinha e Tomate em cubinhos; Feijão.	Sopa de Vegetais (Chuchu, Abobrinha, Abóbora), Macarrão e Frango em cubinhos.	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura, Espinafre picadinho), Macarrão e Carne em cubos.	Peixe desfiado; Purê de Batata; Alface, Couve e Tomate picadinhos; Arroz; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Inhame, Cenoura, Abobrinha), Macarrão e Sobrecoxa desfiada.

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)
	961,54	36	23	152	340,71	8,2	498,15	87,1
		15%	22%	63%				

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)**

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 13/out	3ª FEIRA 14/out	4ª FEIRA 15/out	5ª FEIRA 16/out	6ª FEIRA 17/out
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	**FERIADO**	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Maçã raspada	Laranja picadinha/gomos	**FERIADO**	Melancia amassada/cubinhos	Mamão amassado/cubinhos
ALMOÇO	Carne moída; Abóbora refogada; Repolho e Tomate refogados; Arroz; Feijão.	Frango com Batata; Abobrinha e Cenoura refogadas; Arroz; Feijão.	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Inhame refogado; Alface e Tomate picadinhos; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Frango ao molho; Ovos mexidos c/Couve e Tomate picadinhos; Arroz colorido (Cenoura e Chuchu); Feijão.
SOBREMESA	Maçã raspada	Laranja picadinha/gomos	**FERIADO**	Melancia amassada/cubinhos	Mamão amassado/cubinhos
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	**FERIADO**	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Repolho e Tomate refogados; Arroz; Feijão.	Canja de Frango (Arroz, Frango, Batata, Abobrinha e Cenoura).	**FERIADO**	Sopa de Vegetais (Inhame, Cenoura, Abobrinha), Macarrão e Carne moída.	Frango ao molho; Ovos mexidos c/Couve e Tomate picadinhos; Arroz colorido (Cenoura e Chuchu); 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)**
	762,1	34	19	115	270,4	6,85	434,67	72,26
		14%	18%	48%				

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)**

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 20/out	3ª FEIRA 21/out	4ª FEIRA 22/out	5ª FEIRA 23/out	6ª FEIRA 24/out
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Laranja picadinha/gomos	Maçã raspada	Laranja picadinha/gomos	Mamão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre picadinho; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/Aipim; Abóbora refogada; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Batata corada; Alface, Repolho e Tomate picadinhos; Arroz c/Abobrinha; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Frango desfiado e Chuchu; Espinafre refogado picadinho; Cenoura cozida; Arroz; Feijão.	Ensopado de Carne em cubos c/legumes (Inhame e Abóbora); Couve e Tomate picadinhos; Arroz c/Cenoura; Feijão.
SOBREMESA	Laranja picadinha/gomos	Maçã raspada	Laranja picadinha/gomos	Mamão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Tutu de Feijão c/Ovos e Espinafre picadinho; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz.	Sopa de Vegetais (Aipim, Abóbora, Chuchu), Macarrão e Frango em cubinhos.	Sopa de Vegetais (Batata, Cenoura, Abobrinha e Repolho picadinhos), Macarrão e Fígado picadinho.	Caldinho de Aipim c/Vegetais (Cenoura, Chuchu, Espinafre picadinho) e Frango desfiado.	Caldinho de Abóbora c/Vegetais (Inhame, Cenoura e Couve picadinha), 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)
	976,57	38 15%	22 20%	158 65%	342,2	8,49	943,34	93,71

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 27/out	3ª FEIRA 28/out	4ª FEIRA 29/out	5ª FEIRA 30/out	6ª FEIRA 31/out
DESJEJUM	RECESSO	FERIADO	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	RECESSO	FERIADO	Laranja picadinha/gomos	Melancia amassada/cubinhos	Mamão amassado/cubinhos
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	Carne moída c/Abobrinha; Purê de Abóbora; Alface e Tomate picadinhos; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Alface e Tomate picadinhos; Arroz c/Chuchu e Cenoura; Feijão.	Tutu de Feijão c/Ovos e Espinafre picadinho; Repolho refogado picadinho; Risoto de Frango c/Cenoura.
SOBREMESA	RECESSO	FERIADO	Laranja picadinha/gomos	Melancia amassada/cubinhos	Mamão amassado/cubinhos
LANCHE	RECESSO	FERIADO	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	RECESSO	FERIADO	Sopa de Vegetais (Abóbora, Abobrinha), Macarrão e Carne moída.	Sopa de Vegetais (Batata, Cenoura, Chuchu), Macarrão e Peixe desfiado.	Tutu de Feijão c/Ovos e Espinafre picadinho; Repolho refogado picadinho; Risoto de Frango c/Cenoura.

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)
	646,96	27	14	103	216,37	5,58	334,4	56,49
		10%	12%	38%				

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.

SETEMBRO E OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 29/set	3ª FEIRA 30/set	4ª FEIRA 01/out	5ª FEIRA 02/out	6ª FEIRA 03/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Mingau de Aveia com fruta (Banana e Maçã - s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Leite morno (s/açúcar)
COLAÇÃO	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão
ALMOÇO	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos c/Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Frango com Inhame; Farofa de Ovos c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Músculo desf.; Cenoura, Repolho e Couve refogados; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura), Macarrão e Carne moída.	Frango desfiado; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Cenoura), Macarrão e Pernil em cubinhos	Risoto de Frango com Cenoura ralada e Espinafre picadinho; Feijão.	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura, Repolho e Couve picadinhos), Macarrão e Músculo 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)
	1022,1	42	22	166	346,85	5,9	391,86	45,32
		16%	20%	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 - 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 06/out	3ª FEIRA 07/out	4ª FEIRA 08/out	5ª FEIRA 09/out	6ª FEIRA 10/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito polvilho + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	Melancia
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete) c/Couve; Abobrinha e Tomate em cubinhos; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Frango c/Chuchu e Abobrinha (cubos); Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Espinafre; Aipim na manteiga; Alface e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Couve e Tomate; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de Inhame c/Cheiro verde; Cenoura ralada; Arroz c/Abobrinha; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura ralada)
JANTAR	Risoto de Ovos c/Couve picadinha e Chuchu; Abobrinha e Tomate em cubinhos; Feijão.	Sopa de Vegetais (Chuchu, Abobrinha, Abóbora), Macarrão e Frango em cubinhos.	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura, Espinafre picadinho), Macarrão e Carne em cubos.	Peixe desfiado; Purê de Batata; Alface, Couve e Tomate picadinhos; Arroz; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Inhame, Cenoura, Abobrinha), Macarrão e Sobrecoxa desfiada.

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)**
	1088,51	43	24	177	380,51	6,49	1549,12	63,97
		16%	20%	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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 13/out	3ª FEIRA 14/out	4ª FEIRA 15/out	5ª FEIRA 16/out	6ª FEIRA 17/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina alaranjada de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão
ALMOÇO	Carne moída; Abóbora refogada; Salada crua de Repolho fininho e Tomate; Arroz; Feijão.	Frango com Batata; Abobrinha refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Inhame refogado; Alface, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Farofa de Ovos c/Couve; Tomate e Cenoura ralada; Arroz c/Chuchu; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão
LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina alaranjada de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Repolho e Tomate refogados; Arroz; Feijão.	Canja de Frango (Arroz, Frango, Batata, Abobrinha e Cenoura).	**FERIADO**	Sopa de Vegetais (Inhame, Cenoura, Abobrinha), Macarrão e Carne moída.	Frango ao molho; Ovos mexidos c/Couve e Tomate picadinhos; Arroz colorido (Cenoura e Chuchu); 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)
	890,35	37	19	145	297,76	5,23	392,66	54,38
		13%	15%	52%				

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 1-2741

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 20/out	3ª FEIRA 21/out	4ª FEIRA 22/out	5ª FEIRA 23/out	6ª FEIRA 24/out
DESJEJUM	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Banana e Manga picadinhas com Iogurte (s/açúcar)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Laranja	Mamão	Melancia
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre picadinho; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/Aipim; Abóbora refogada; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Batata corada; Alface, Repolho e Tomate picados; Arroz c/Abobrinha; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Frango desfiado e Chuchu; Espinafre refogado; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Ensopado de Carne em cubos c/legumes (Inhame e Abóbora); Couve fininha, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Laranja	Mamão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Banana e Manga picadinhas com Iogurte (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Tutu de Feijão c/Ovos e Espinafre picadinho; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz.	Sopa de Vegetais (Aipim, Abóbora, Chuchu), Macarrão e Frango em cubinhos.	Sopa de Vegetais (Batata, Cenoura, Abobrinha e Repolho picadinhos), Macarrão e Fígado picadinho.	Caldinho de Aipim c/Vegetais (Cenoura, Chuchu, Espinafre picadinho) e Frango desfiado.	Caldinho de Abóbora c/Vegetais (Inhame, Cenoura e Couve picadinha), 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)**
	1098,66	42	22	187	387,74	6,31	869,83	102,07
		15%	18%	68%				

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.

SETEMBRO E OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 29/set	3ª FEIRA 30/set	4ª FEIRA 01/out	5ª FEIRA 02/out	6ª FEIRA 03/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Mingau de Aveia com fruta (Banana e Maçã - s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Leite morno (s/açúcar)
COLAÇÃO	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão
ALMOÇO	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos c/Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Frango com Inhame; Farofa de Ovos c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Músculo desf.; Cenoura, Repolho e Couve refogados; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura), Macarrão e Carne moída.	Frango desfiado; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Cenoura), Macarrão e Pernil em cubinhos	Risoto de Frango com Cenoura ralada e Espinafre picadinho; Feijão.	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura, Repolho e Couve picadinhos), Macarrão e Músculo 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**
	1196,91	50	25	196
		17%	19%	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 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 06/out	3ª FEIRA 07/out	4ª FEIRA 08/out	5ª FEIRA 09/out	6ª FEIRA 10/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito polvilho + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	Melancia
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete) c/Couve; Abobrinha e Tomate em cubinhos; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Frango c/Chuchu e Abobrinha (cubos); Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Espinafre; Aipim na manteiga; Alface e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Couve e Tomate; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de Inhame c/Cheiro verde; Cenoura ralada; Arroz c/Abobrinha; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Risoto de Ovos c/Couve picadinha e Chuchu; Abobrinha e Tomate em cubinhos; Feijão.	Sopa de Vegetais (Chuchu, Abobrinha, Abóbora), Macarrão e Frango em cubinhos.	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura, Espinafre picadinho), Macarrão e Carne em cubos.	Peixe desfiado; Purê de Batata; Alface, Couve e Tomate picadinhos; Arroz; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Inhame, Cenoura, Abobrinha), Macarrão e Sobrecoxa desfiada.

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**
	1265,26	550	28	207
		16%	20%	65%

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)**

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 27/out	3ª FEIRA 28/out	4ª FEIRA 29/out	5ª FEIRA 30/out	6ª FEIRA 31/out
DESJEJUM	RECESSO	FERIADO	Pão de Milho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito polvilho + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	RECESSO	FERIADO	Laranja	Melancia	Mamão
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	Carne moída c/Abobrinha; Purê de Abóbora; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Tomate e Cenoura; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos c/Espinafre; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	RECESSO	FERIADO	Laranja	Melancia	Mamão
LANCHE	RECESSO	FERIADO	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)
JANTAR	RECESSO	FERIADO	Sopa de Vegetais (Abóbora, Abobrinha), Macarrão e Carne moída.	Sopa de Vegetais (Batata, Cenoura, Chuchu), Macarrão e Peixe desfiado.	Tutu de Feijão c/Ovos e Espinafre picadinho; Repolho refogado picadinho; Risoto de Frango c/Cenoura.

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				
	629,26	25	15	100	223,64	3,62	1380,97	43,07
		10%	13%	38%				

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2741

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 13/out	3ª FEIRA 14/out	4ª FEIRA 15/out	5ª FEIRA 16/out	6ª FEIRA 17/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina alaranjada de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão
ALMOÇO	Carne moída; Abóbora refogada; Salada crua de Repolho fininho e Tomate; Arroz; Feijão.	Frango com Batata; Abobrinha refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Inhame refogado; Alface, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Farofa de Ovos c/Couve; Tomate e Cenoura ralada; Arroz c/Chuchu; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão
LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina alaranjada de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Repolho e Tomate refogados; Arroz; Feijão.	Canja de Frango (Arroz, Frango, Batata, Abobrinha e Cenoura).	**FERIADO**	Sopa de Vegetais (Inhame, Cenoura, Abobrinha), Macarrão e Carne moída.	Frango ao molho; Ovos mexidos c/Couve e Tomate picadinhos; Arroz colorido (Cenoura e Chuchu); 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**
	1070,39	45	23	175
		13%	15%	52%

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)**

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 20/out	3ª FEIRA 21/out	4ª FEIRA 22/out	5ª FEIRA 23/out	6ª FEIRA 24/out
DESJEJUM	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Banana e Manga picadinhas com Iogurte (s/açúcar)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Laranja	Mamão	Melancia
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/Aipim; Abóbora refogada; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Batata corada; Alface, Repolho fininho e Tomate; Arroz c/Abobrinha; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Frango desfiado e Chuchu; Espinafre refogado; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Ensopado de Carne em cubos c/legumes (Inhame e Abóbora); Couve fininha, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Laranja	Mamão	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Banana e Manga picadinhas com Iogurte (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Tutu de Feijão c/Ovos e Espinafre picadinho; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz.	Sopa de Vegetais (Aipim, Abóbora, Chuchu), Macarrão e Frango em cubinhos.	Sopa de Vegetais (Batata, Cenoura, Abobrinha e Repolho picadinhos), Macarrão e Fígado picadinho.	Caldinho de Aipim c/Vegetais (Cenoura, Chuchu, Espinafre picadinho) e Frango desfiado.	Caldinho de Abóbora c/Vegetais (Inhame, Cenoura e Couve picadinha), 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**
	1355,92	52	27	230
		15%	18%	68%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Mat. 27755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 27791

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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 27/out	3ª FEIRA 28/out	4ª FEIRA 29/out	5ª FEIRA 30/out	6ª FEIRA 31/out
DESJEJUM	RECESSO	FERIADO	Pão de Milho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito polvilho + Vitamina de Banana (s/açúcar)
COLAÇÃO	RECESSO	FERIADO	Laranja	Melancia	Mamão
ALMOÇO	RECESSO	FERIADO	Carne moída c/Abobrinha; Purê de Abóbora; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Tomate e Cenoura; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos c/Espinafre; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	RECESSO	FERIADO	Laranja	Melancia	Mamão
LANCHE	RECESSO	FERIADO	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)
JANTAR	RECESSO	FERIADO	Sopa de Vegetais (Abóbora, Abobrinha), Macarrão e Carne moída.	Sopa de Vegetais (Batata, Cenoura, Chuchu), Macarrão e Peixe desfiado.	Tutu de Feijão c/Ovos e Espinafre picadinho; Repolho refogado picadinho; Risoto de Frango c/Cenoura.

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**
	758,96	31	17	123
		10%	12%	39%

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Mat. 1-2755
CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 1-2791

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 CMEI)
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.

SETEMBRO E OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 29/set	3ª FEIRA 30/set	4ª FEIRA 01/out	5ª FEIRA 02/out	6ª FEIRA 03/out
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Mingau de Aveia com fruta (Banana e Maçã - s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Leite morno (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos c/Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Frango com Inhame; Farofa de Ovos c/Espinafre; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Músculo desf.; Cenoura, Repolho e Couve refogados; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Mamão

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**
	749,57	31	16	121
		17%	20%	65%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Matr. 1-2755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 1-2791

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 CMEI)
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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 06/out	3ª FEIRA 07/out	4ª FEIRA 08/out	5ª FEIRA 09/out	6ª FEIRA 10/out
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina alaranjada de Banana (s/açúcar - c/Cenoura)	Pão Hotdog c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito polvilho + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete) c/Couve; Abobrinha e Tomate crus em cubinhos; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Frango c/Chuchu e Abobrinha (cubos); Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Carne em cubos c/Espinafre; Aipim na manteiga; Alface e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Couve e Tomate; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de Inhame c/Cheiro verde; Cenoura ralada; Arroz c/Abobrinha; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Melão	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**
	765,71	31	17	123
		16%	20%	65%

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula E-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** 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 13/out	3ª FEIRA 14/out	4ª FEIRA 15/out	5ª FEIRA 16/out	6ª FEIRA 17/out
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	**FERIADO**	Vitamina alaranjada de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Salada crua de Repolho fininho e Tomate; Arroz; Feijão.	Frango com Batata; Abobrinha refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Inhame refogado; Alface, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango ao molho; Farofa de Ovos c/Couve; Tomate e Cenoura ralada; Arroz c/Chuchu; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	**FERIADO**	Melancia	Mamão

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**
	635,57	25	13	106
		13%	15%	53%

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** 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 20/out	3ª FEIRA 21/out	4ª FEIRA 22/out	5ª FEIRA 23/out	6ª FEIRA 24/out
DESJEJUM ou LANCHE	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Banana e Manga picadinhas com Iogurte (s/açúcar)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Mamão (s/açúcar)	Pão Hotdog c/Requeijão + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete) c/Espinafre; Seleta de Legumes (Abobrinha, Batata, Cenoura); Arroz; Feijão.	Frango em cubos c/Aipim; Abóbora refogada; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Batata corada; Alface, Repolho fininho e Tomate; Arroz c/Abobrinha; Feijão.	Escondidinho de Aipim c/Frango desfiado e Chuchu; Espinafre refogado; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Ensopado de Carne em cubos c/legumes (Inhame e Abóbora); Couve fininha, Tomate e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Laranja	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**
	779,74	30	15	132
		15%	18%	68%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Matr. 2-2755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 1-2791

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** 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.

OUTUBRO DE 2025

	2ª FEIRA 27/out	3ª FEIRA 28/out	4ª FEIRA 29/out	5ª FEIRA 30/out	6ª FEIRA 31/out
DESJEJUM ou LANCHE	**RECESSO**	**FERIADO**	Pão de Milho c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Aipim cozido c/manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito polvilho + Vitamina de Banana (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	**RECESSO**	**FERIADO**	Carne moída c/Abobrinha; Purê de Abóbora; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão.	Peixe (cozido ou assado); Batata corada; Salada de Alface, Tomate e Cenoura; Arroz c/Chuchu; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de Ovos c/Espinafre; Repolho fininho e Cenoura ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	**RECESSO**	**FERIADO**	Laranja	Melancia	Mamão

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**
	469,45	18	11	76
		9%	12%	39%

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Matr. 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