KIDS MENU

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

CARDÁPIO - PRÉ (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 DE 2025

	2ª FEIRA 01/set	3ª FEIRA 02/set	4ª FEIRA 03/set	5ª FEIRA 04/set	6ª FEIRA 05/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Milho c/ Requeijão + Suco Goiaba (s/açúcar)
COLAÇÃO	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja
ALMOÇO	Carne moída; Batata doce (em cubos) na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango cozido com Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão	Almôndegas de carne moída; Berinjela em cubinhos refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Farofa de Ovos; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de Frango; Batata corada; Arroz com Vagem; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Sopa de Vegetais (Batata doce, Cenoura) c/Macarrão e Carne moída.	Frango cozido com Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão	Almôndegas de carne moída; Berinjela em cubinhos refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Farofa de Ovos; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de Frango; Batata corada; Arroz com Vagem; 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**
	1418,99	56	28	241
		16%	18%	68%

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791



PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

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

CARDÁPIO - PRÉ (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 DE 2025

	2ª FEIRA 08/set	3ª FEIRA 09/set	4ª FEIRA 10/set	5ª FEIRA 11/set	6ª FEIRA 12/set
DESJEJUM	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito salgado + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)
COLAÇÃO	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba ralada; Macarrão; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Feijão Tropeiro (Feijão, Farinha de Mandioca, Músculo, Couve); Arroz com Cenoura ralada.	Peixe cozido; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera
LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba ralada; Macarrão; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Músculo com Couve picadinha; Arroz com Cenoura; Tutu de Feijão.	Peixe cozido; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; 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**
	1465	61	31	238
		17%	19%	65%

*Ver ficha técnica

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

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

CARDÁPIO - PRÉ (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 DE 2025

	2ª FEIRA 15/set	3ª FEIRA 16/set	4ª FEIRA 17/set	5ª FEIRA 18/set	6ª FEIRA 19/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão francês c/Manteiga + Leite morno c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão de milho c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	Melancia
ALMOÇO	Carne moída ao molho; Angu; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba ralada; Feijão	Carne em cubos com Inhame; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Batata doce corada; Arroz com Cenoura; Feijão.	Pernil em cubos acebolado; Purê de Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída ao molho; Angu; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba ralada; Feijão	Carne em cubos com Inhame; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Batata doce corada; Arroz com Cenoura; Feijão.	Pernil em cubos acebolado; Purê de Batata; Beterraba 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**
	1446,54	61	29	241
		17%	18%	67%

*Ver ficha técnica

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

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

CARDÁPIO - PRÉ (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 DE 2025

	2ª FEIRA 22/set	3ª FEIRA 23/set	4ª FEIRA 24/set	5ª FEIRA 25/set	6ª FEIRA 26/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito salgado + Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja
ALMOÇO	Carne moída; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Vaca atolada (Músculo e Aipim), Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de cebola; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de carne cubos; Batata corada; Alface; Arroz; Feijão.	Frango com colorau; Couve-flor ao molho branco; Macarrão; Feijão
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Vaca atolada (Músculo e Aipim), Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de cebola; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de carne cubos; Batata corada; Alface; Arroz; Feijão.	Frango com colorau; Couve-flor ao molho branco; Macarrão; 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**
	1549,7	65	34	250
		17%	20%	65%

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 1-2791

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

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

CARDÁPIO - PRÉ (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

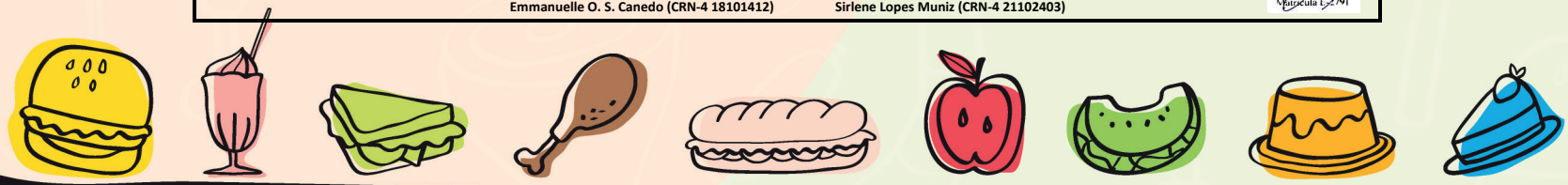
	2ª FEIRA 29/set	3ª FEIRA 30/set	4ª FEIRA 01/out	5ª FEIRA 02/out	6ª FEIRA 03/out
DESJEJUM	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão Francês c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Leite morno c/cacau (s/açúcar)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

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	1441,57	61	30	236
		17%	19%	66%

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

Emmanuelle O. S. Canedo Nutricionista Mat. 5/2755 CRN-4 18101412

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 5/2791



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 DE 2025

	2ª FEIRA 01/set	3ª FEIRA 02/set	4ª FEIRA 03/set	5ª FEIRA 04/set	6ª FEIRA 05/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Milho c/ Requeijão + Suco Goiaba (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Batata doce (em cubos) na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango cozido com Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão	Almôndegas de carne moída; Berinjela em cubinhos refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Farofa de Ovos; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de Frango; Batata corada; Arroz com Vagem; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja

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**
	794,36	31	15	135
		16%	17%	68%

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula L-2791



PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

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

CARDÁPIO - PRÉ (em 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 DE 2025

	2ª FEIRA 08/set	3ª FEIRA 09/set	4ª FEIRA 10/set	5ª FEIRA 11/set	6ª FEIRA 12/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito salgado + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba ralada; Macarrão; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Feijão Tropeiro (Feijão, Farinha de Mandioca, Músculo, Couve); Arroz com Cenoura ralada.	Peixe cozido; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera

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**
	765,61	31	17	125
		16%	19%	65%

*Ver ficha técnica

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791



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.

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 15/set	3ª FEIRA 16/set	4ª FEIRA 17/set	5ª FEIRA 18/set	6ª FEIRA 19/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão francês c/Manteiga + Leite morno c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão de milho c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída ao molho; Angu; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba ralada; Feijão	Carne em cubos com Inhame; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Batata doce corada; Arroz com Cenoura; Feijão.	Pernil em cubos acebolado; Purê de Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	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**
	776,08	31	15	131
		16%	17%	68%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 2791

*Ver ficha técnica

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 DE 2025

	2ª FEIRA 22/set	3ª FEIRA 23/set	4ª FEIRA 24/set	5ª FEIRA 25/set	6ª FEIRA 26/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito salgado + Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Vaca atolada (Músculo e Aipim), Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de cebola; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de carne cubos; Batata corada; Alface; Arroz; Feijão.	Frango com colorau; Couve-flor ao molho branco; Macarrão; Feijão
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja

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**
	814,98	34	18	131
		16%	20%	64%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula I-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.

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 01/set	3ª FEIRA 02/set	4ª FEIRA 03/set	5ª FEIRA 04/set	6ª FEIRA 05/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Milho c/ Requeijão + Suco Goiaba (s/açúcar)
COLAÇÃO	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja
ALMOÇO	Carne moída; Batata doce (em cubos) na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango cozido com Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão	Almôndegas de carne moída; Berinjela em cubinhos refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Farofa de Ovos; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de Frango; Batata corada; Arroz com Vagem; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Sopa de Vegetais (Batata doce, Cenoura) c/Macarrão e Carne moída.	Frango cozido com Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão	Almôndegas de carne moída; Berinjela em cubinhos refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Farofa de Ovos; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de Frango; Batata corada; Arroz com Vagem; 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**
	2243,02	91	47	370
		16%	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.

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 08/set	3ª FEIRA 09/set	4ª FEIRA 10/set	5ª FEIRA 11/set	6ª FEIRA 12/set
DESJEJUM	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito salgado + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)
COLAÇÃO	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba ralada; Macarrão; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Feijão Tropeiro (Feijão, Farinha de Mandioca, Músculo, Couve); Arroz com Cenoura ralada.	Peixe cozido; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera
LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba ralada; Macarrão; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Músculo com Couve picadinha; Arroz com Cenoura; Tutu de Feijão.	Peixe cozido; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; 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**
	2262,42	97	50	360
		17%	20%	64%

*Ver ficha técnica

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula F-2791

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.

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 c/cacau (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos com Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão	Frango com Cenoura; Espinafre refogado; Arroz; Feijão.	Músculo cozido com Inhame; Couve refogada; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Manga	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**
	758,88	31	16	124
		16%	19%	65%

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula Y-2791

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.

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 15/set	3ª FEIRA 16/set	4ª FEIRA 17/set	5ª FEIRA 18/set	6ª FEIRA 19/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão francês c/Manteiga + Leite morno c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão de milho c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	Melancia
ALMOÇO	Carne moída ao molho; Angu; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba ralada; Feijão	Carne em cubos com Inhame; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Batata doce corada; Arroz com Cenoura; Feijão.	Pernil em cubos acebolado; Purê de Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída ao molho; Angu; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba ralada; Feijão	Carne em cubos com Inhame; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Batata doce corada; Arroz com Cenoura; Feijão.	Pernil em cubos acebolado; Purê de Batata; Beterraba 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**
	2336,63	100	47	385
		17%	18%	66%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula L-2791

*Ver ficha técnica

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 DE 2025

	2ª FEIRA 22/set	3ª FEIRA 23/set	4ª FEIRA 24/set	5ª FEIRA 25/set	6ª FEIRA 26/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito salgado + Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja
ALMOÇO	Carne moída; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Vaca atolada (Músculo e Aipim), Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de cebola; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de carne cubos; Batata corada; Alface; Arroz; Feijão.	Frango com colorau; Couve-flor ao molho branco; Macarrão; Feijão
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Vaca atolada (Músculo e Aipim), Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de cebola; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de carne cubos; Batata corada; Alface; Arroz; Feijão.	Frango com colorau; Couve-flor ao molho branco; Macarrão; 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**
	2391,58	101	52	383
		17%	20%	64%

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 1-2791

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.

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 c/cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Melão	Maçã	Mamão	Manga	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos com Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão	Frango com Cenoura; Espinafre refogado; Arroz; Feijão.	Músculo cozido com Inhame; Couve refogada; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Manga	Melancia
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 c/Cacau (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos com Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão	Risoto de Frango com Espinafre picadinho; Feijão.	Músculo cozido com Inhame; Couve refogada; Arroz; Feijão

Composição Nutricional (média semanal)	**Energia (kcal)**	**PTN (g)**	**LPD (g)**	**CHO (g)**
		10% a 15% do VET	**25% a 35% do VET**	**55% a 65% do VET**
	2286,51	99	50	364
		17%	20%	64%

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

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 DE 2025

	2ª FEIRA 01/set	3ª FEIRA 02/set	4ª FEIRA 03/set	5ª FEIRA 04/set	6ª FEIRA 05/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Milho c/ Requeijão + Suco Goiaba (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Batata doce (em cubos) na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango cozido com Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão	Almôndegas de carne moída; Berinjela em cubinhos refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Farofa de Ovos; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de Frango; Batata corada; Arroz com Vagem; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja

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**
	1116,26	47	24	182
		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)**



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.

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 08/set	3ª FEIRA 09/set	4ª FEIRA 10/set	5ª FEIRA 11/set	6ª FEIRA 12/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito salgado + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba ralada; Macarrão; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Feijão Tropeiro (Feijão, Farinha de Mandioca, Músculo, Couve); Arroz com Cenoura ralada.	Peixe cozido; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera

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**
	1152,18	48	25	185
		17%	20%	64%

*Ver ficha técnica

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

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 DE 2025

	2ª FEIRA 15/set	3ª FEIRA 16/set	4ª FEIRA 17/set	5ª FEIRA 18/set	6ª FEIRA 19/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão francês c/Manteiga + Leite morno c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão de milho c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída ao molho; Angu; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba ralada; Feijão	Carne em cubos com Inhame; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Batata doce corada; Arroz com Cenoura; Feijão.	Pernil em cubos acebolado; Purê de Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	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**
	1175,13	49	23	196
		17%	17%	67%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 2791

***Ver ficha técnica**

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 DE 2025

	2ª FEIRA 22/set	3ª FEIRA 23/set	4ª FEIRA 24/set	5ª FEIRA 25/set	6ª FEIRA 26/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito salgado + Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Vaca atolada (Músculo e Aipim), Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de cebola; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de carne cubos; Batata corada; Alface; Arroz; Feijão.	Frango com colorau; Couve-flor ao molho branco; Macarrão; Feijão
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja

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**
	1203,02	51	27	192
		17%	20%	64%

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

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 c/cacau (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos com Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão	Frango com Cenoura; Espinafre refogado; Arroz; Feijão.	Músculo cozido com Inhame; Couve refogada; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Manga	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**
	1120,02	48	24	180
		17%	19%	64%

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

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

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula 2791

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.

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 01/set	3ª FEIRA 02/set	4ª FEIRA 03/set	5ª FEIRA 04/set	6ª FEIRA 05/set
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão Milho c/ Requeijão + Suco Goiaba (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Batata doce (em cubos) na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango cozido com Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão	Almôndegas de carne moída; Berinjela em cubinhos refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Farofa de Ovos; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de Frango; Batata corada; Arroz com Vagem; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja

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**
	1384,1	58	28	229
		17%	18%	66%

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

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 DE 2025

	2ª FEIRA 08/set	3ª FEIRA 09/set	4ª FEIRA 10/set	5ª FEIRA 11/set	6ª FEIRA 12/set
LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito salgado + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba ralada; Macarrão; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Feijão Tropeiro (Feijão, Farinha de Mandioca, Músculo, Couve); Arroz com Cenoura ralada.	Peixe cozido; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera

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**
	1338,15	60	30	208
		18%	20%	63%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 2791

*Ver ficha técnica

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 DE 2025

	2ª FEIRA 15/set	3ª FEIRA 16/set	4ª FEIRA 17/set	5ª FEIRA 18/set	6ª FEIRA 19/set
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão francês c/Manteiga + Leite morno c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão de milho c/Requeijão + Refresco de Goiaba (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída ao molho; Angu; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba ralada; Feijão	Carne em cubos com Inhame; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Batata doce corada; Arroz com Cenoura; Feijão.	Pernil em cubos acebolado; Purê de Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	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**
	1391,9	63	28	226
		18%	18%	65%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula nº 2791

***Ver ficha técnica**

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 DE 2025

	2ª FEIRA 22/set	3ª FEIRA 23/set	4ª FEIRA 24/set	5ª FEIRA 25/set	6ª FEIRA 26/set
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Manteiga + Refresco de Manga (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito salgado + Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Vaca atolada (Músculo e Aipim), Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de cebola; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de carne cubos; Batata corada; Alface; Arroz; Feijão.	Frango com colorau; Couve-flor ao molho branco; Macarrão; Feijão
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja

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**
	1462,04	66	33	227
		18%	20%	62%

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
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 c/cacau (s/açúcar)
ALMOÇO	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos com Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão	Frango com Cenoura; Espinafre refogado; Arroz; Feijão.	Músculo cozido com Inhame; Couve refogada; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Manga	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**
	1205,39	56	26	191
		19%	19%	63%

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 DE 2025

	2ª FEIRA 01/set	3ª FEIRA 02/set	4ª FEIRA 03/set	5ª FEIRA 04/set	6ª FEIRA 05/set
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Manga amassada/cubinhos	Maçã raspada	Melancia amassada/cubinhos	Mamão amassado/cubinhos	Laranja picadinha/gomos
ALMOÇO	Carne moída; Batata doce (em cubos) na manteiga; Cenoura cozida; Arroz; Feijão.	Frango cozido com Batata; Beterraba cozida; Arroz; Feijão	Carne moída; Berinjela em cubinhos refogada; Cenoura cozida; Arroz; Feijão.	Fígado picadinho acebolado; Alface roxa picadinha; Arroz; Tutu de Feijão com ovos.	Estrogonofe de Frango; Batata corada; Arroz com Vagem; Feijão.
SOBREMESA	Manga amassada/cubinhos	Maçã raspada	Melancia amassada/cubinhos	Mamão amassado/cubinhos	Laranja picadinha/gomos
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Sopa de Vegetais (Batata doce, Cenoura), Macarrão e Carne moída.	Canja (Arroz, Frango, Batata inglesa, Cenoura)	Carne moída com Berinjela em cubinhos; Arroz com Cenoura; Feijão.	Tutu de Feijão com Ovos; Alface roxa picadinha.	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Vagem, Cenoura), Macarrão e Frango em cubinhos.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
		10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	55% a 65% do VET				
	900,39	34	21	145	319,19	8,07	1249,65	85,3
		15%	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.

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 08/set	3ª FEIRA 09/set	4ª FEIRA 10/set	5ª FEIRA 11/set	6ª FEIRA 12/set
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Melão amassado/cubinhos	Maçã raspada	Mamão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos	Pera raspada
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba cozida; Macarrão goelinha; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Músculo desfiado; Couve picadinha; Arroz com Cenoura ralada; Tutu de Feijão.	Peixe cozido; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão amassado/cubinhos	Maçã raspada	Mamão amassado/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos	Pera raspada
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba cozida; Macarrão goelinha; Feijão batido.	Sopa de Abóbora com Macarrão, Frango em cubos e cheiro verde.	Músculo com Couve picadinha; Arroz com Cenoura; Tutu de Feijão.	Canja de peixe (Arroz, Peixe desfiado, Batata inglesa e Cenoura)	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; Arroz; 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)
	1005,2	41	23	159	289,85	8,25	415,92	59,53
		16%	20%	63%				

***

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 DE 2025

	2ª FEIRA 15/set	3ª FEIRA 16/set	4ª FEIRA 17/set	5ª FEIRA 18/set	6ª FEIRA 19/set
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Maçã raspada	Laranja picadinha/gomos	Mamão amassado/cubinhos	Manga amassada/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos
ALMOÇO	Carne moída ao molho; Angu; Cenoura cozida; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba cozida; Feijão.	Carne em cubos com Inhame; Alface roxa picadinha; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Batata doce corada; Arroz com Cenoura; Feijão.	Pernil em cubos acebolado; Purê de Batata; Beterraba cozida; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Maçã raspada	Laranja picadinha/gomos	Mamão amassado/cubinhos	Manga amassada/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Carne moída ao molho; Angu; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba cozida; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Inhame, Cenoura), Macarrão e Carne em cubinhos	Canja (Arroz, Frango, Batata doce, Cenoura)	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Beterraba), Macarrão e Pernil 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)
	979,51	36	20	165	323,32	8,12	800,32	80,33
		15%	18%	67%				

Emmanuelle O. S. Canedo
Nutricionista
Mat. T-2755
CRN-4 / 8101412

Sirlene Lopes Muniz
Nutricionista
Matrícula L-2791

,

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 DE 2025

	2ª FEIRA 22/set	3ª FEIRA 23/set	4ª FEIRA 24/set	5ª FEIRA 25/set	6ª FEIRA 26/set
DESJEJUM	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
COLAÇÃO	Laranja picadinha/gomos	Maçã raspada	Pera raspada	Melancia amassada/cubinhos	Laranja picadinha/gomos
ALMOÇO	Carne moída; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Vaca atolada (Músculo e Aipim), Cenoura cozida; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Beterraba cozida; Arroz; Tutu de Feijão.	Estrogonofe de carne cubos; Batata corada; Alface picadinha; Arroz; Feijão.	Frango com colorau; Couve-flor ao molho branco; Macarrão goelinha; Feijão.
SOBREMESA	Laranja picadinha/gomos	Maçã raspada	Pera raspada	Melancia amassada/cubinhos	Laranja picadinha/gomos
LANCHE	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura), Macarrão e Músculo em cubinhos.	Tutu de Feijão; Sobrecoxa desfiada; Beterraba cozida.	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Cenoura), Macarrão e Carne em cubinhos.	Sopa de Vegetais (Couve-flor, Cenoura), Macarrão e Frango em cubinhos.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
		10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	55% a 65% do VET				
	911,96	34	22	145	315,45	8,05	334,69	65,92
		15%	22%	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.

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	Manga amassada/cubinhos	Melancia amassada/cubinhos
ALMOÇO	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura cozida; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos com Batata; Salada de Alface e Tomate bem picadinhos; Arroz; Feijão	Frango com Cenoura; Espinafre refogado picadinho; Arroz; Feijão.	Músculo cozido com Inhame; Couve refogada picadinha; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão amassado/cubinhos	Maçã raspada	Mamão amassado/cubinhos	Manga amassada/cubinhos	Melancia amassada/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 e Espinafre picadinho; Feijão.	Sopa de Vegetais (Inhame, Couve picadinha), Macarrão e Músculo desfiado.

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)
	926,3	36	21	148	306,18	7,43	447,16	75,73
		15%	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 - CRECHE

MODALIDADE DE ENSINO

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

Necessidades Alimentares Especiais:

Bercário: 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 DE 2025

	2ª FEIRA 01/set	3ª FEIRA 02/set	4ª FEIRA 03/set	5ª FEIRA 04/set	6ª FEIRA 05/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Milho c/ Requeijão + Leite gelado batido c/Cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja
ALMOÇO	Carne moída; Batata doce (em cubos) na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango cozido com Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão	Almôndegas de carne moída; Berinjela em cubinhos refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Farofa de Ovos; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de Frango; Batata corada; Arroz com Vagem; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Sopa de Vegetais (Batata doce, Cenoura), Macarrão e Carne moída.	Canja (Arroz, Frango, Batata inglesa, Cenoura)	Carne moída com Berinjela em cubinhos; Arroz com Cenoura; Feijão.	Tutu de Feijão com Ovos; Alface roxa picadinha.	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Vagem, Cenoura), Macarrão e Frango 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)
	994,84	40	21	165	345,23	6,93	1128,21	59,41
		16%	19%	67%				

***

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

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

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

CARDÁPIO - CRECHE

MODALIDADE DE ENSINO

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

Necessidades Alimentares Especiais:

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

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 08/set	3ª FEIRA 09/set	4ª FEIRA 10/set	5ª FEIRA 11/set	6ª FEIRA 12/set
DESJEJUM	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito de Polvilho + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Requeijão + Leite morno c/Cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba ralada; Macarrão; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Feijão Tropeiro (Feijão, Farinha de Mandioca, Músculo, Couve); Arroz com Cenoura ralada.	Peixe cozido; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera
LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba cozida; Macarrão; Feijão batido.	Sopa de Abóbora com Macarrão, Frango em cubos e cheiro verde.	Músculo com Couve picadinha; Arroz com Cenoura; Tutu de Feijão.	Canja de peixe (Arroz, Peixe desfiado, Batata inglesa e Cenoura)	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; Arroz; Feijão

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				
	1149,56	48	24	188	379,81	7,32	1474,89	36,64
		17%	19%	65%				

***

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

PARAÍBADOSUL PREFEITURA

KIDS MENU

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

CARDÁPIO - 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 DE 2025

	2ª FEIRA 15/set	3ª FEIRA 16/set	4ª FEIRA 17/set	5ª FEIRA 18/set	6ª FEIRA 19/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Mingau de Aveia com fruta (Banana e Maçã - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão de milho c/Manteiga + Leite gelado batido c/Cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	Melancia
ALMOÇO	Carne moída ao molho; Angu; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba ralada; Feijão.	Carne em cubos com Inhame; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Batata doce corada; Arroz com Cenoura; Feijão.	Pernil em cubos acebolado; Purê de Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída ao molho; Angu; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba cozida; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Inhame, Cenoura), Macarrão e Carne em cubinhos	Canja (Arroz, Frango, Batata doce, Cenoura)	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Beterraba), Macarrão e Pernil em cubinhos

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g)	LIP (g)	CHO (g)	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
		10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	55% a 65% do VET				
	1053,22	42	20	180	360,01	6,75	687,86	52,05
		16%	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 - 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 DE 2025

	2ª FEIRA 22/set	3ª FEIRA 23/set	4ª FEIRA 24/set	5ª FEIRA 25/set	6ª FEIRA 26/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Manteiga + Leite morno (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito de Polvilho + Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja
ALMOÇO	Carne moída; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Vaca atolada (Músculo e Aipim), Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de cebola; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de carne cubos; Batata corada; Alface; Arroz; Feijão.	Frango com colorau; Couve-flor ao molho branco; Macarrão; Feijão
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura), Macarrão e Músculo em cubinhos.	Tutu de Feijão; Sobrecoxa desfiada; Beterraba cozida.	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Cenoura), Macarrão e Carne em cubinhos.	Sopa de Vegetais (Couve-flor, Cenoura), Macarrão e Frango 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)
	1107,32	45	27	168	410,02	9,14	1730,03	36,78
		16%	22%	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 - 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 DE 2025

	2ª FEIRA 01/set	3ª FEIRA 02/set	4ª FEIRA 03/set	5ª FEIRA 04/set	6ª FEIRA 05/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Milho c/ Requeijão + Leite gelado batido c/Cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja
ALMOÇO	Carne moída; Batata doce (em cubos) na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango cozido com Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão	Almôndegas de carne moída; Berinjela em cubinhos refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Farofa de Ovos; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de Frango; Batata corada; Arroz com Vagem; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Sopa de Vegetais (Batata doce, Cenoura), Macarrão e Carne moída.	Canja (Arroz, Frango, Batata inglesa, Cenoura)	Carne moída com Berinjela em cubinhos; Arroz com Cenoura; Feijão.	Tutu de Feijão com Ovos; Alface roxa picadinha.	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Vagem, Cenoura), Macarrão e Frango 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**
	1306,02	52	28	215
		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 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 DE 2025

	2ª FEIRA 08/set	3ª FEIRA 09/set	4ª FEIRA 10/set	5ª FEIRA 11/set	6ª FEIRA 12/set
DESJEJUM	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito de Polvilho + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Requeijão + Leite morno c/Cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera
ALMOÇO	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba ralada; Macarrão; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Feijão Tropeiro (Feijão, Farinha de Mandioca, Músculo, Couve); Arroz com Cenoura ralada.	Peixe cozido; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera
LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)
JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba cozida; Macarrão; Feijão batido.	Sopa de Abóbora com Macarrão, Frango em cubos e cheiro verde.	Músculo com Couve picadinha; Arroz com Cenoura; Tutu de Feijão.	Canja de peixe (Arroz, Peixe desfiado, Batata inglesa e Cenoura)	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; 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**
	1362,68	57	30	220
		17%	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.

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 c/cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Melão	Maçã	Mamão	Manga	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos com Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão	Frango com Cenoura; Espinafre refogado; Arroz; Feijão.	Músculo cozido com Inhame; Couve refogada; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Manga	Melancia
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 c/Cacau (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 e Espinafre picadinho; Feijão.	Sopa de Vegetais (Inhame, Couve picadinha), Macarrão e Músculo desfiado.

Composição Nutricional (média semanal)	Energia (kcal)	PTN (g) 10% a 15% do VET	LIP (g) 25% a 35% do VET	CHO (g) 55% a 65% do VET	Ca (mcg)	Fe (mg)	Vit.A (mcg)	Vit.C (mg)
	1021,44	42	22	166	346,95	6,36	339,6	47,1
		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 - 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 DE 2025

	2ª FEIRA 15/set	3ª FEIRA 16/set	4ª FEIRA 17/set	5ª FEIRA 18/set	6ª FEIRA 19/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Mingau de Aveia com fruta (Banana e Maçã - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão de milho c/Manteiga + Leite gelado batido c/Cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	Melancia
ALMOÇO	Carne moída ao molho; Angu; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba ralada; Feijão.	Carne em cubos com Inhame; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Batata doce corada; Arroz com Cenoura; Feijão.	Pernil em cubos acebolado; Purê de Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	Melancia
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída ao molho; Angu; Arroz c/Cenoura; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba cozida; Feijão batido.	Sopa de Vegetais (Inhame, Cenoura), Macarrão e Carne em cubinhos	Canja (Arroz, Frango, Batata doce, Cenoura)	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Beterraba), Macarrão e Pernil 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**
	1213,9	50	24	205
		17%	18%	67%

***

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

PARAÍBA DO SUL PREFEITURA

KIDS MENU

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

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

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 22/set	3ª FEIRA 23/set	4ª FEIRA 24/set	5ª FEIRA 25/set	6ª FEIRA 26/set
DESJEJUM	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Manteiga + Leite morno (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito de Polvilho + Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja
ALMOÇO	Carne moída; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Vaca atolada (Músculo e Aipim), Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de cebola; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de carne cubos; Batata corada; Alface; Arroz; Feijão.	Frango com colorau; Couve-flor ao molho branco; Macarrão; Feijão
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja
LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
JANTAR	Carne moída; Purê de Abóbora; Arroz; Feijão.	Sopa de Vegetais (Aipim, Cenoura), Macarrão e Músculo em cubinhos.	Tutu de Feijão; Sobrecoxa desfiada; Beterraba cozida.	Sopa de Vegetais (Batata inglesa, Cenoura), Macarrão e Carne em cubinhos.	Sopa de Vegetais (Couve-flor, Cenoura), Macarrão e Frango 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**
	1325,75	56	31	211
		17%	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 - 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 c/cacau (s/açúcar)
COLAÇÃO	Melão	Maçã	Mamão	Manga	Melancia
ALMOÇO	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos com Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão	Frango com Cenoura; Espinafre refogado; Arroz; Feijão.	Músculo cozido com Inhame; Couve refogada; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Manga	Melancia
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 c/Cacau (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 e Espinafre picadinho; Feijão.	Sopa de Vegetais (Inhame, Couve picadinha), Macarrão e Músculo desfiado.

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**
	1190,76	50	25	194
		17%	19%	65%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula Nº 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.

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 01/set	3ª FEIRA 02/set	4ª FEIRA 03/set	5ª FEIRA 04/set	6ª FEIRA 05/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Pão Francês c/Manteiga + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Milho c/ Requeijão + Leite gelado batido c/Cacau (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Batata doce (em cubos) na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango cozido com Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão	Almôndegas de carne moída; Berinjela em cubinhos refogada; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Fígado em iscas acebolado; Farofa de Ovos; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de Frango; Batata corada; Arroz com Vagem; Feijão.
SOBREMESA	Manga	Maçã	Melancia	Mamão	Laranja

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**
	841,65	32	17	141
		15%	19%	67%

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.

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 08/set	3ª FEIRA 09/set	4ª FEIRA 10/set	5ª FEIRA 11/set	6ª FEIRA 12/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Biscoito de Polvilho + Vitamina de Banana (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/ Requeijão + Leite morno c/Cacau (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Ovos (mexidos ou omelete); Beterraba ralada; Macarrão; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Feijão Tropeiro (Feijão, Farinha de Mandioca, Músculo, Couve); Arroz com Cenoura ralada.	Peixe cozido; Batata corada; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Purê de abóbora; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Melancia	Pera

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**
	763,43	32	17	123
		16%	20%	64%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula 2791

***Ver ficha técnica**

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.

SETEMBRO DE 2025

	2ª FEIRA 15/set	3ª FEIRA 16/set	4ª FEIRA 17/set	5ª FEIRA 18/set	6ª FEIRA 19/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina rosada de Banana (s/açúcar - c/Beterraba)	Mingau de Aveia com fruta (Banana e Maçã - s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Pão de milho c/Manteiga + Leite gelado batido c/Cacau (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída ao molho; Angu; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Risoto de Frango; Beterraba ralada; Feijão	Carne em cubos com Inhame; Alface roxa; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Batata doce corada; Arroz com Cenoura; Feijão.	Pernil em cubos acebolado; Purê de Batata; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.
SOBREMESA	Maçã	Laranja	Mamão	Manga	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**
	762,71	31	15	127
		17%	18%	67%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula E-2791

***Ver ficha técnica**

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 DE 2025

	2ª FEIRA 22/set	3ª FEIRA 23/set	4ª FEIRA 24/set	5ª FEIRA 25/set	6ª FEIRA 26/set
DESJEJUM ou LANCHE	Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)	Vitamina de Banana c/Aveia (s/açúcar)	Pão de Cenoura c/Manteiga + Leite morno (s/açúcar)	Vitamina de Banana (s/açúcar)	Biscoito de Polvilho + Vitamina de Banana c/Cacau (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Vaca atolada (Músculo e Aipim), Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Sobrecoxa (cozida ou assada); Farofa de cebola; Beterraba ralada; Arroz; Feijão.	Estrogonofe de carne cubos; Batata corada; Alface; Arroz; Feijão.	Frango com colorau; Couve-flor ao molho branco; Macarrão; Feijão
SOBREMESA	Laranja	Maçã	Pera	Melancia	Laranja

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**
	774,6	32	19	121
		17%	21%	63%

*Ver ficha técnica

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.

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 c/cacau (s/açúcar)
ALMOÇO ou JANTAR	Carne moída; Aipim na manteiga; Cenoura ralada; Arroz; Feijão.	Frango em cubos; Abóbora refogada; Arroz; Feijão.	Pernil em cubos com Batata; Salada de Alface e Tomate; Arroz; Feijão	Frango com Cenoura; Espinafre refogado; Arroz; Feijão.	Músculo cozido com Inhame; Couve refogada; Arroz; Feijão
SOBREMESA	Melão	Maçã	Mamão	Manga	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**
	724,28	31	16	116
		17%	20%	64%

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

Sirlene Lopes Muniz Nutricionista Matrícula E-2791

***Ver ficha técnica**

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

PARAÍBADOSUL PREFEITURA