



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO FLORIANO PEIXOTO/RS

PROGRAMA NACIONAL ESCOLAR- PNAE

ESCOLA MUNICIPAL E. FUNDAMENTAL FLORIANO PEIXOTO

CARDÁPIO: 1-3 ANOS MATERNAL I-II ZONA: URBANA PERÍODO: INTEGRAL 70% DAS NECESSIDADES DIÁRIAS

**Semana 29/06 á 03/07 e 13 á 17/07**

| Dia            | Café da manhã                     | Lanche  | Lanche 2                                                                  | Lanche da tarde | Lanche da tarde 2                                                 |
|----------------|-----------------------------------|---------|---------------------------------------------------------------------------|-----------------|-------------------------------------------------------------------|
| <b>Segunda</b> | Fórmula infantil ou leite materno | Abacate | Carreteiro com alface e tomate                                            | SEM AULA        | SEM AULA                                                          |
| <b>Terça</b>   | Fórmula infantil ou leite materno | Ponkan  | Feijão carioca com arroz, e carne de peito de frango em molho com legumes | Mamão           | Sopa de Feijão                                                    |
| <b>Quarta</b>  | Fórmula infantil ou leite materno | Banana  | Massa caseira com carne moída salada de couve flor e tomate               | Laranja         | Sanduche com carne moída ou sopinha de massa                      |
| <b>Quinta</b>  | Fórmula infantil ou leite materno | Manga   | Lentilha com arroz , ovo cozido e legumes                                 | Maçã            | Legumes + arroz parboilizado com carne de gado picadinha em molho |
| <b>Sexta</b>   | Fórmula infantil ou leite materno | Maçã    | Sopa de Feijão com legumes                                                | Laranja         | Sopa de gnoline com legumes e carne de frango                     |

OBS: Alimentos devem ser amassados ou picados conforme necessidade de cada criança, e não devem ser liquidificados. O cardápio pode sofrer alteração Mamadeiras: Fica de inteira responsabilidade dos pais em trazer a mamadeira e o leite ou fórmula infantil para escola

Açúcar deve ser evitado até 3 anos de idade

|                                                  |                            |                       |                        |                         |                      |
|--------------------------------------------------|----------------------------|-----------------------|------------------------|-------------------------|----------------------|
| 70% Das<br>Necessidades<br>Diárias<br>(1-3 anos) |                            |                       |                        |                         |                      |
| Composição<br>Nutricional                        | Energia (kcal)<br>1-3 anos | CHO% (g)<br>55-65%VET | PTN % (g)<br>10-15%VET | Lip % (g)<br>25-35% VET |                      |
| Recomendação                                     | 708 kcal                   | 97-115g               | 18-27g                 | 20-28g                  |                      |
| Média Semanal                                    | 700,62 kcal                | 57,22%-101,36g        | 14,4%- 25,74g          | 29,18%-22,94g           |                      |
| Atendendo                                        | 98,95%                     | 88%                   | 96%                    | 83,37%                  |                      |
| Recomendação<br>Nutricional                      | Vit. A (mcg)<br>147 mcg    | Vit C. (mg)<br>9mg    | Cálcio (mg)<br>350mg   | Ferro (mg)<br>2mg       | Sódio (mg)<br>1400mg |
| Média semanal                                    | 195,6 mcg                  | 32,02 mcg             | 259,5 mg               | 3,46 mg                 | 1119,4 mg            |
| Atendendo                                        | 133,06%                    | 355,77%               | 74,14%                 | 176%                    | 79,95%               |