

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CONTAGEM

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

Cardápios 4 e 8 – Lanche Educação Infantil

CARDÁPIO - CRECHE e PRÉ- ESCOLA
MODALIDADE DE ENSINO (Educação Infantil)
ZONA (urbana)
FAIXA ETÁRIA (1- 3 anos) ou (4- 5 anos)
PERÍODO (parcial ou integral) Horário: 11:00 Hs



OUTUBRO/2023

Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
2/10/2023	3/10/2023	4/10/2023	5/10/2023	6/10/2023
Suco de Maçã 100% com Limão/ Biscoito Papa Ovo (Consistência: Líquida/Geral)	Mingau de Aveia com Banana (Leite em Pó, Aveia e Banana) (Consistência: Pastosa)	Frapê de Goiaba (Polpa de Goiaba, Leite em Pó e Beterraba)/ Biscoito de Polvilho Tradicional (Consistência: Líquida/Geral)	logurte Natural Batido com Fruta (logurte, Banana e Leite em Pó)/ Biscoito de Polvilho Escaldado (Consistência: Cremosa/ Geral)	Salada de Frutas com logurte Natural (Melão, Banana, Mamão, Manga, logurte e Leite em Pó) (Consistência: Geral)
1 – 3 ANOS: Média Semanal / dia: 177,52 Kcal / carboidrato: 24,5g / gordura total: 6,39g / Proteína: 6,84g / Vitamina A: 39,17re / vitamina c: 8,67mg / ca: 211,78mg / ferro: 0,3mg				
4 – 5 ANOS: Média Semanal / dia: 186,31 Kcal / carboidrato: 26,07g / gordura total: 6,66g / Proteína: 6,93g / Vitamina A: 40,3re / vitamina c: 8,67mg / ca: 213,03mg / ferro: 0,33mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
9/10/2023	10/10/2023	11/10/2023	12/10/2023	13/10/2023
RECESSO	RECESSO	RECESSO	FERIADO NACIONAL	RECESSO
1 – 3 ANOS: Média Semanal / dia: 0 Kcal / carboidrato: 0g / gordura total: 0g / Proteína: 0g / Vitamina A: 0re / vitamina c: 0mg / ca: 0mg / ferro: 0mg				
4 – 5 ANOS: Média Semanal / dia: 0 Kcal / carboidrato: 0g / gordura total: 0g / Proteína: 0g / Vitamina A: 0re / vitamina c: 0mg / ca: 0mg / ferro: 0mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
16/10/2023	17/10/2023	18/10/2023	19/10/2023	20/10/2023
Suco de Laranja com Cenoura/ Biscoito de Polvilho Escaldado (Consistência: Líquida/Geral)	Vitamina de Banana com Aveia (Leite em Pó, Banana e Aveia)/Biscoito de Polvilho Tradicional (Consistência: Líquida/Geral)	Salada de Frutas com Leite em Pó (Manga, Banana, Melão, Laranja e Leite em Pó) (Consistência: Geral)	logurte Natural Batido com Fruta (logurte, Manga e Leite em Pó)/ Biscoito de Polvilho Escaldado (Consistência: Cremosa/ Geral)	Salada de Frutas com logurte Natural (Maçã, Banana, Mamão, Melancia, logurte e Leite em Pó) (Consistência: Geral)
1 – 3 ANOS: Média Semanal / dia: 165,4 Kcal / carboidrato: 32,87g / gordura total: 5,5g / Proteína: 6,03g / Vitamina A: 105,23re / vitamina c: 30,21mg / ca: 182,93mg / ferro: 0,27mg				
4 – 5 ANOS: Média Semanal / dia: 174,19 Kcal / carboidrato: 34,44g / gordura total: 5,77g / Proteína: 6,11g / Vitamina A: 106,35re / vitamina c: 30,22mg / ca: 184,18mg / ferro: 0,23mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
23/10/2023	24/10/2023	25/10/2023	26/10/2023	27/10/2023
Vitamina de Banana, Mamão e Aveia (Leite em Pó, Banana, Mamão e Aveia)/ Biscoito de Polvilho (Consistência: Líquida/ Geral)	logurte Natural Batido com Fruta (logurte, Manga e Leite em Pó) / Biscoito Papa Ovo (Consistência: Cremosa/Geral)	Mingau de Aveia com Banana (Leite em Pó, Aveia e Banana) (Consistência: Pastosa)	Vitamina "Colorida"de Banana (Leite em Pó, Banana e Beterraba) /Biscoito de Polvilho (Consistência: Líquida/Geral)	Salada de Frutas com Leite em Pó (Maçã, Banana, Mamão, Laranja e Leite em Pó) (Consistência: Geral)
1 – 3 ANOS: Média Semanal / dia: 327,44 Kcal / carboidrato: 58,59g / gordura total: 11,95g / Proteína: 12,5g / Vitamina A: 129,04re / vitamina c: 28,56mg / ca: 390,88mg / ferro: 0,49mg				
4 – 5 ANOS: Média Semanal / dia: 205,25 Kcal / carboidrato: 36,72g / gordura total: 7,44g / Proteína: 7,58g / Vitamina A: 78,55re / vitamina c: 17,14mg / ca: 235,78mg / ferro: 0,33mg				
Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
30/10/2023	31/10/2023	1/11/2023	2/11/2023	3/11/2023
Suco de Abacaxi com Suco de Maçã 100%/ Biscoito de Polvilho Escaldado (Consistência: Líquida/Geral)	logurte Natural Batido com Fruta (logurte, Mamão e Leite em Pó) / Biscoito de Polvilho Tradicional (Consistência: Cremosa/Geral)	Frapê de Chocolate (Leite em Pó, Banana e Cacao) (Consistência: Pastosa)	FERIADO NACIONAL	PONTO FACULTATIVO
1 – 3 ANOS: Média Semanal / dia: 191,02 Kcal / carboidrato: 24g / gordura total: 6,18g / Proteína: 10,81g / Vitamina A: 18,76re / vitamina c: 23,47mg / ca: 206,29mg / ferro: 0,37mg				
4 – 5 ANOS: Média Semanal / dia: 200,78 Kcal / carboidrato: 25,75g / gordura total: 6,49g / Proteína: 10,9g / Vitamina A: 20,01re / vitamina c: 23,47mg / ca: 207,69mg / ferro: 0,4mg				

Nutricionistas Responsáveis (SEDUC):

CARDÁPIO SUJEITO A
ALTERAÇÕESGilce Santos Oliveira
CRN9 22295Raquel da S. Gomes Araújo
CRN9 18506