

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOA ESPERANÇA- ES

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO (Creche)

FAIXA ETÁRIA (7 meses a 3 anos)

PERÍODO (Integral)

JUNHO/2026

	2ª FEIRA 08/06	3ª FEIRA 09/06	4ª FEIRA 10/06	5ª FEIRA 11/06	6ª FEIRA 12/06
Café da manhã / 7:30 HRS	Bolo de banana com aveia e leite com cacau 100%	Biscoito de polvilho com vitamina de abacate	Banana da terra cozida, chocolate quente (com cacau100%)	Mingau de aveia adoçado com banana amassada	Bolo caseiro de laranja com calda de leite pó, e suco de manga
Almoço/ 10:00 HRS	Arroz, Feijão, purê de batata, omelete com cenoura ralada Sobremesa: Laranja (sem caroço), cortada em pedaços	Galinhada com frango desfiado, arroz, tomate e cenoura em cubos pequenos incorporados ao preparo	Sopa de legumes (batata, cenoura, chuchu) com frango desfiado e macarrão	Estrogonofe nutritivo de carne com cenoura (em cubos pequenos e macios) e arroz.	Arroz, Feijão, carne suína ensopada com Aipim, salada de repolho fatiado regado com cenoura ralada Sobremesa: Laranja
Lanche/ 13:00 HRS	Maçã (sem caroço), cortada em pedaços	Banana	Laranja (sem caroço), cortada em pedaços	Mexerica (sem caroço)	Laranja (sem caroço), cortada em pedaços
Jantar/ 15:00 HRS	Canjiquinha nutritiva com carne moída e couve picada encorpada ao preparo	Arroz, tutu de feijão, carne suína ensopada com taioba. Sobremesa: Mexerica (sem caroço)	Carne de panela desfiada com Aipim, arroz e feijão	Arroz colorido com carne em cubos e cenoura ralada, purê de abóbora, e feijão Sobremesa: Mexerica (sem caroço)	Mingau de aveia com banana amassada e maçã (sem semente) cortada em cubos pequenos

Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade dos gêneros alimentícios, entrega dos fornecedores e/ou maturação das frutas e hortaliças. As preparações deverão ser oferecidas com consistência adequada à faixa etária, sempre que necessário os alimentos poderão ser cortados, picados ou amassados, conforme a necessidade individual. O feijão deverá ser servido com grãos macios e caldo espesso, adequado ao desenvolvimento da mastigação das crianças. Os horários podem ser alterados seguindo as divisões de turmas por escola.

DANIELA S. ROCHA
NUTRICIONISTA RT PNAE
CRN 22103500



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOA ESPERANÇA- ES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *(Creche)*

FAIXA ETÁRIA *(7 meses a 3 anos)*

PERÍODO *(integral)*

JUNHO/2026

	2ª FEIRA 15/06	3ª FEIRA 16/06	4ª FEIRA 17/06	5ª FEIRA 18/06	6ª FEIRA 19/06
Café da manhã / 7:30 HRS	Mingau de tapioca com banana amassada	Milho cozido (textura molinha) e leite batido com cacau 100%	Bolo de chocolate com cacau 100% banana e aveia, vitamina de banana	Biscoito de polvilho com chocolate quente com cacau 100%	Bolo caseiro de laranja com calda de leite pó, e suco de manga
Almoço/ 10:00 HRS	Polenta, arroz, feijão e ovos cozidos, salada de couve refogada Sobremesa: Mexerica (sem caroço)	Arroz cremoso com carne suína, cenoura ralada encorpada ao preparo, feijão e Abóbora cozida	Baião de dois (arroz, feijão e carne) e batata e chuchu cortados em cubinhos	Feijoadinha (feijão, carne suína, couve e cenoura) e arroz Sobremesa: Laranja (sem caroço) cortada em pedaços	Escondidinho de frango (frango e Aipim), Arroz, salada crua de tomate e pepino (sem casca) em cubos pequenos
Lanche/ 13:00 HRS	Laranja (sem caroço), cortada em pedaços	Açaí com banana e aveia	Maçã (sem caroço), cortada em pedaços	Mexerica (sem caroço)	Vitamina de abacate
Jantar/ 15:00 HRS	Caldo de Aipim com couve, carne desfiada, e arroz	Macarrão ao molho branco com peito de frango desfiado e batatas assadas. Sobremesa: Maçã (sem caroço), cortada em pedaços	Canjicão de leite e fruta (banana)	Canjiquinha nutritiva com carne moída e couve picada encorpada ao preparo	Sopa de feijão com carne bovina (cortada em pedaços pequenos), macarrão, couve, cenoura e batata

Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade dos gêneros alimentícios, entrega dos fornecedores e/ou maturação das frutas e hortaliças. As preparações deverão ser oferecidas com consistência adequada à faixa etária, sempre que necessário os alimentos poderão ser cortados, picados ou amassados, conforme a necessidade individual. O feijão deverá ser servido com grãos macios e caldo espesso, adequado ao desenvolvimento da mastigação das crianças. Os horários podem ser alterados seguindo as divisões de turmas por escola.

DANIELA S. ROCHA
NUTRICIONISTA RT PNAE
CRN 22103500



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOA ESPERANÇA- ES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *(Creche)*

FAIXA ETÁRIA *(7 meses a 3 anos)*

PERÍODO *(integral)*

JUNHO/2026

	2ª FEIRA 22/06	3ª FEIRA 23/06	4ª FEIRA 24/06	5ª FEIRA 25/06	6ª FEIRA 26/06
Café da manhã / 7:30 HRS	Biscoito de polvilho e Vitamina de banana	Bolo de banana com aveia e suco de manga	Banana da terra cozida e chocolate quente com cacau 100%	Torta de frango com suco de goiaba	Milho cozido (textura molinha) e leite batido com cacau 100%
Almoço/ 10:00 HRS	Arroz, feijão com ovos mexidos salada refogada de repolho e cenoura picadas	Galinhada (frango desfiado, arroz, tomate, cenoura, encorpados no preparo)	Carne bovina acebolada com arroz, feijão, salada crua de tomate e pepino (sem casca) em cubos pequenos	Macarrão cremoso com carne suína, cenoura e batatinha incorporada ao preparo, e feijão.	Arroz, com carne suína desfiada, feijão, e farofa de cenoura (macia e úmida)
Lanche/ 13:00 HRS	Maçã (sem caroço), cortada em pedaços	Laranja (sem caroço), cortada em pedaços	Vitamina de Abacate	Açaí com banana e aveia	Mexerica (sem caroço)
Jantar/ 15:00 HRS	Peito de frango desfiado, pirão e arroz. Sobremesa: Mexerica (sem caroço)	Arroz, Escondidinho de Frango (batata, peito de frango desfiado), feijão e salada de tomate em cubos pequenos, com cenoura ralada.	Estrogonofe nutritivo de peito de frango com batata (em cubos pequenos e macios) e arroz	Caldo de Aipim com peito de frango desfiado e arroz	Sopa (Macarrão, carne bovina cozida, cenoura, chuchu e batata)

Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade dos gêneros alimentícios, entrega dos fornecedores e/ou maturação das frutas e hortaliças. As preparações deverão ser oferecidas com consistência adequada à faixa etária, sempre que necessário os alimentos poderão ser cortados, picados ou amassados, conforme a necessidade individual. O feijão deverá ser servido com grãos macios e caldo espesso, adequado ao desenvolvimento da mastigação das crianças. Os horários podem ser alterados seguindo as divisões de turmas por escola.

DANIELA S. ROCHA
NUTRICIONISTA RT PNAE
CRN 22103500



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BOA ESPERANÇA- ES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO- ETAPA DE ENSINO *(Creche)*

FAIXA ETÁRIA *(7 meses a 3 anos)*

PERÍODO *(integral)*

JUNHO/2026

	2ª FEIRA 29/06	3ª FEIRA 30/06			
Café da manhã / 7:30 HRS	Bolo caseiro de laranja com calda de leite pó, e suco de manga	Mingau de aveia adoçado com banana			
Almoço/ 10:00 HRS	Arroz, Feijão, purê de batata, omelete com cenoura ralada Sobremesa: laranja	Galinhada com frango desfiado, arroz, tomate e cenoura em cubos pequenos incorporados ao preparo			
Lanche/ 13:00 HRS	Maçã (sem caroço), cortada em pedaços	Banana			
Jantar/ 15:00 HRS	Canjiquinha nutritiva com carne moída e couve picada encorpada ao preparo	Arroz, tutu de feijão, carne suína ensopada com taioba. Sobremesa: mexerica (sem caroço)			

Cardápio sujeito a alterações de acordo com a disponibilidade dos gêneros alimentícios, entrega dos fornecedores e/ou maturação das frutas e hortaliças. As preparações deverão ser oferecidas com consistência adequada à faixa etária, sempre que necessário os alimentos poderão ser cortados, picados ou amassados, conforme a necessidade individual. O feijão deverá ser servido com grãos macios e caldo espesso, adequado ao desenvolvimento da mastigação das crianças. Os horários podem ser alterados seguindo as divisões de turmas por escola.

DANIELA S. ROCHA
 NUTRICIONISTA RT PNAE
 CRN 22103500



OBSERVAÇÕES GERAIS:

- PROIBIDO USAR ITENS DA ALIMENTAÇÃO ESCOLAR PARA OUTROS FINS, OS ALIMENTOS SÃO EXCLUSIVAMENTE PARA OS ALUNOS **LEI Nº 11.947/2009**;
- É PROIBIDA A OFERTA DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E A ADIÇÃO DE AÇÚCAR, MEL E ADOÇANTE NAS PREPARAÇÕES CULINÁRIAS E BEBIDAS PARA AS CRIANÇAS ATÉ TRÊS ANOS DE IDADE, CONFORME ORIENTAÇÕES DO FNDE. **(RESOLUÇÃO Nº 06, DE 08 DE MAIO DE 2020)**
- O CARDÁPIO DEVE SER SEGUIDO. SUBSTITUI-LO SOMENTE QUANDO NECESSÁRIO (INFORMAR A DIRETORA E O NUTRICIONISTA);
- OS CARDÁPIOS DEVEM SER ADAPTADOS PARA ATENDER AOS ESTUDANTES DIAGNOSTICADOS COM NECESSIDADES ALIMENTARES ESPECIAIS TAIS COMO DOENÇA CELÍACA, DIABETES, HIPERTENSÃO, ANEMIAS, ALERGIAS E INTOLERÂNCIAS ALIMENTARES, DENTRE OUTRAS **(RESOLUÇÃO Nº 06/2050)**. AS ALTERAÇÕES E ORIENTAÇÕES SÃO FEITAS PELA NUTRICIONISTA RT MEDIANTE A APRESENTAÇÃO DE LAUDO MÉDICO.
- NÃO UTILIZAR TEMPERO PRONTO (ALHO + ÓLEO) NAS REFEIÇÕES, PARA QUE NÃO OCORRA A PERDA DAS PROPRIEDADES DO ALHO.
- ESTAR ATENTO AO CONSUMO DO ÓLEO DE SOJA NAS PREPARAÇÕES;
- CASO NÃO TENHA A CARNE DO DIA, SUBSTITUIR POR OUTRA OPÇÃO DE PROTEÍNA (COMUNICAR A DIRETORA E O NUTRICIONISTA);
- NA AUSÊNCIA DA FRUTA ESPECÍFICA DO CARDÁPIO, DEVE-SE SUBSTITUIR PELA FRUTA DISPONÍVEL NO MOMENTO DE ACORDO A MATURAÇÃO E DIA DE FORNECIMENTO
- SE NÃO HOUVER PRESENÇA DAS HORTALIÇAS PRESCRITAS NO DIA, COMUNICAR A NUTRICIONISTA, PARA QUE SEJA FEITA AS HORTALIÇAS SOBRE A SUA SUBSTITUIÇÃO, DO MESMO MODO PARA OS OUTROS ALIMENTOS PRESCRITOS NO CARDÁPIO.
- PARA OS ALUNOS DE 7 MESES A 3 ANOS AS PREPARAÇÕES DEVERÃO SER OFERECIDAS COM CONSISTÊNCIA ADEQUADA À FAIXA ETÁRIA, SEMPRE QUE NECESSÁRIO OS ALIMENTOS PODERÃO SER CORTADOS, PICADOS OU AMASSADOS, CONFORME A NECESSIDADE INDIVIDUAL.
- OS HORÁRIOS PODEM SER ALTERADOS SEGUINDO AS DIVISÕES DE TURMAS POR ESCOLA, COM AUTORIZAÇÃO DA NUTRICIONISTA RT.