

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LARANJA DA TERRA /ES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CRECHE - 1 – 3 ANOS – INTEGRAL

OUTUBRO/2025

	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA 01/10	5ª FEIRA 02/10	6ª FEIRA 03/10
Lanche da manhã: 7:30h			Pão integral (caseiro) Manteiga Leite c/ cacau e banana (sem açúcar)	Bolo de laranja c/ passas (sem açúcar) Suco de manga (sem açúcar)	Pão integral (caseiro) Requeijão Leite banana e beterraba (sem açúcar)
Almoço:10h			Arroz/ Feijão Frango em tiras Purê de abóbora Alface c/ tomate	Arroz / Feijão Carne moída com batata Salada de pepino/tomate	Arroz /Feijão Guisado de frango Legumes sauté (batata/cenoura/chuchu)
Lanche da tarde: 12:30h			Banana prata	Laranja Lima	Banana prata
			Polenta Molho de frango desfiado	Canjiquinha (carne moída/chuchu/couve/beterraba	Sopa de letras (Macarrão letras/ frango desfiado/ abóbora/chuchu)

Anna Luiza M J Berger, CRN 06101210

*** Considerações: * A oferta de frutas poderá sofrer alterações conforme maturação das mesmas; * Cardápio sujeito a alterações: toda alteração deverá ser previamente comunicada à nutricionista responsável para aprovação. * É PROIBIDA A OFERTA DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E AÇÚCARES - NÃO PODERÃO SER ADICIONADOS E TRAZIDOS DE CASA ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E COM AÇÚCAR (AÇÚCAR CRISTAL/MASCAVO/MEL/ADOÇANTES RDC Nº 06/2020**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LARANJA DA TERRA /ES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO – CRECHE 1 - 3 ANOS – INTEGRAL

OUTUBRO /2025

	2ª FEIRA 06/10	3ª FEIRA 07/10	4ª FEIRA 08/10	5ª FEIRA 09/10	6ª FEIRA 10/09
Lanche da manhã: 7:30h	Pão de cenoura c/ manteiga Leite com cacau 100% e banana	Bolo de banana com passas Iogurte de banana e goiaba (sem açúcar)	Pão de cenoura c/ manteiga Vitamina de banana c/ beterraba	Bolo de chocolate e cobertura de cacau Suco de manga (sem açúcar)	Pão cebola Patê de frango Suco de goiaba (sem açúcar)
Almoço:10h	Arroz / Feijão Torta de repolho c/ chuchu cremosa Macarrão Salada de pepino c/ tomate	Arroz / Feijão Carne de panela Batata corada Salada de repolho com tomate	Arroz/ Feijão Bobó de frango Cenoura em palitos (Cozida e temperada) Salada de couve	Arroz / Feijão Carne moída c/ chuchu Banana da Terra cozida (em rodela) Salada de alface c/ pepino	Arroz / Feijão Lasanha de frango Salada mix (repolho branco/repolho roxo/cenoura/alface /tomate) Suco de manga (sem açúcar)
Lanche da tarde: 12:30h	Banana prata	Goiaba	Mamão	Melancia	Salada de frutas Brigadeiro de banana
	Sopa (massa concha/carne moída/ cenoura/ chuchu)	Canjiquinha (carne bovina desfiado, beterraba e couve)	Sopa letras (massa, frango, abóbora e couve)	Polenta Molho de carne moída	Sopa letras (massa/ carne moída/cenoura/chuchu)

Anna Luiza M J Berger, CRN 06101210

*** Considerações: * A oferta de frutas poderá sofrer alterações conforme maturação das mesmas; * Cardápio sujeito a alterações: toda alteração deverá ser previamente comunicada à nutricionista responsável para aprovação. * É PROIBIDA A OFERTA DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E AÇÚCARES - NÃO PODERÃO SER ADICIONADOS (TRAZIDOS DE CASA) ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E COM AÇÚCAR (AÇÚCAR CRISTAL/MASCAVO/MEL/ADOÇANTES RDC Nº 06/2020**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LARANJA DA TERRA /ES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE – 1 – 3 ANOS – INTEGRAL

OUTUBRO/ 2025

	2ª FEIRA 13/10	3ª FEIRA 14/10	4ª FEIRA 15/10	5ª FEIRA 16/10	6ª FEIRA 17/10
Lanche da manhã: 7:30h	Pão de cebola Molho de carne moída Suco de manga	Bolo Salgado de frango Suco de goiaba	Dia do Professor	Pão Branco c/ manteiga Leite c/ banana e mamão	Bolo de banana com passas Vitamina de abacate
Almoço:10h	Arroz / Feijão /tutu Macarrão Almôndegas Salada de pepino	Arroz / Feijão Estrogonofe de frango Batata assada Salada de repolho branco/cenoura/beterraba		Arroz / Feijão Polenta Frango com quiabo Salada de couve com cenoura	Arroz / feijão Carne de panela c/ legumes(cenoura/chuchu/batata) Salada de alface com tomate
Lanche da tarde: 12:30h	Maçã	Banana prata		Goiaba	Banana prata
Jantar: 15:30h	Polenta Molho de carne moída c/ cenoura	Sopa (massa/frango abóbora/couve)		Sopa (concha /carne moída /cenoura/chuchu/couve)	Canjiquinha c/ frango moída/abóbora/couve

Anna Luiza M J Berger, CRN 06101210

*** Considerações: * A oferta de frutas poderá sofrer alterações conforme maturação das mesmas; * Cardápio sujeito a alterações: toda alteração deverá ser previamente comunicada à nutricionista responsável para aprovação. * É PROIBIDA A OFERTA DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E AÇÚCARES - NÃO PODERÃO SER ADICIONADOS E TRAZIDOS DE CASA ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E COM AÇÚCAR (AÇÚCAR CRISTAL/MASCAVO/MEL/ADOÇANTES RDC Nº 06/2020**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LARANJA DA TERRA /ES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE – 1 – 3 ANOS – INTEGRAL

OUTUBRO / 2025

	2ª FEIRA 20/10	3ª FEIRA 21/10	4ª FEIRA 22/10	5ª FEIRA 23/10	6ª FEIRA 24/10
Lanche da manhã: 7:30h	Pão branco / manteiga Chocolate quente cremoso (cacau 100% banana)	Pão de beterraba(mesclado) c/ manteiga Iogurte de banana e goiaba	Bolo de fubá com passas Leite com cacau em banana	Pão de beterraba c/ requeijão caseiro Vitamina banana e mamão	Bolo Salgado de carne moída Suco de manga
Almoço:10h	Arroz / Feijão Omelete assada com cenoura/chuchu/repolhobranco Salada de pepino /tomate	Arroz / Feijão Macarrão parafuso Frango desfiado Salada Mix repolho/couve/ cenoura	Arroz / Feijão Carne de panela c/ batata igreja Beterraba em palito (cozida e temperada Salada de alface com tomate	Arroz / Feijão Farofa (ovos/cenoura couve) Coxa e sobrecoxa assada(desfiada) Salada de alface	Arroz / feijão Carne moída c/ chuchu Polenta Salada de repolho/cenoura/tomate
Lanche da tarde: 12:30h	Salada de frutas (banana/mamão/maçã)	Goiaba	Banana prata	Laranja Lima	Melancia
Jantar: 15:30h	Sopa de letras (massa/carne moída / abóbora/couve)	Canjiquinha c/ frango/abóbora/couve	Sopa (massa/carne moída cenoura/couve)	Polenta Molho de frango/cenoura/chuchu	Sopa (massa/carne moída beterraba/couve)

Anna Luiza M J Berger, CRN 06101210

*** Considerações: * A oferta de frutas poderá sofrer alterações conforme maturação das mesmas; * Cardápio sujeito a alterações: toda alteração deverá ser previamente comunicada à nutricionista responsável para aprovação. * É PROIBIDA A OFERTA DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E AÇÚCARES - NÃO PODERÃO SER ADICIONADOS E TRAZIDOS DE CASA ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E COM AÇÚCAR (AÇÚCAR CRISTAL/MASCAVO/MEL/ADOÇANTES RDC Nº 06/2020**

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LARANJA DA TERRA /ES
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO - CRECHE – 1 – 3 ANOS – INTEGRAL

OUTUBRO/ 2025

	2ª FEIRA 27/10	3ª FEIRA 28/10	4ª FEIRA 29/10	5ª FEIRA 30/10	6ª FEIRA 31/10
Lanche da manhã: 7:30h	Pão integral / manteiga Chocolate quente cremoso (cacau 100% banana)	Bolo de banana / aveia / passas Vitamina de banana e mamão	Pão integral c/ manteiga Suco de manga(sem açúcar)	Pão de queijo falso Suco de goiaba (sem açúcar)	Dia da Reforma
Almoço:10h	Arroz / Feijão Carne moída Legumes sauté (batata/cenoura/chuchu) Salada de pepino c/ tomate	Arroz / Feijão Macarrão Guisado de frango Salada de couve	Arroz/ Feijão Carne de panela Mandioca ensopada Salada de alface c/ tomate	Arroz / Feijão Ovos mexidos c/ cenoura e chuchu Banana Cozida Salada repolho branco/couve/tomate	
Lanche da tarde: 12:30h	Maçã	Goiaba	Banana Prata	Laranja lima	30 de outubro Dia da Merendeira!
	Sopa (massa conchinha, carne moída/beterraba/chuchu/couve)	Caldo de mandioca com frango	Sopa Letras (massa/carne bovina desfida/cenoura/chuchu)	Polenta Molho de carne moída	

Anna Luiza M J Berger, CRN 06101210

*** Considerações: * A oferta de frutas poderá sofrer alterações conforme maturação das mesmas; * Cardápio sujeito a alterações: toda alteração deverá ser previamente comunicada à nutricionista responsável para aprovação. * É PROIBIDA A OFERTA DE ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E AÇÚCARES - NÃO PODERÃO SER ADICIONADOS E TRAZIDOS DE CASA ALIMENTOS ULTRAPROCESSADOS E COM AÇÚCAR (AÇÚCAR CRISTAL/MASCAVO/MEL/ADOÇANTES RDC Nº 06/2020)**