



Prefeitura Municipal de Brodowski

Estado de São Paulo

Secretaria Municipal de Educação

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE BRODOWSKI, SP PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CARDÁPIO SEMANAL SETEMBRO - PERÍODO INTEGRAL

	2ª FEIRA - 16/09	3ª FEIRA - 17/09	4ª FEIRA - 18/09	5ª FEIRA - 19/09	6ª FEIRA - 20/09
Desjejum (7h)	Pão francês com margarina + Leite integral / Leite integral com cacau e açúcar	Pão francês com margarina + Leite integral / Leite integral com cacau e açúcar	Pão francês com margarina + Leite integral / Leite integral com cacau e açúcar	Pão francês com margarina + Leite integral / Leite integral com cacau e açúcar	Pão francês com margarina + Leite integral / Leite integral com cacau e açúcar
Colação (10h)	Maçã	Banana	Tangerina	Melancia	Goiaba
Almoço (12h)	Arroz + Feijão + Carne em cubos com batata + Salada de alface	Arroz + Feijão + Frango em cubos com brócolis + Salada de tomate	Arroz + Feijão + Coxa e sobrecoxa de frango + Salada de repolho e cenoura	Arroz + Feijão + Frango em cubos com cenoura + Salada de alface	Arroz + Feijão + Carne moída com abobrinha + Salada de tomate
Lanche da tarde (16h)	ESCOLAS Mini filão recheado CRECHES Suco polpa + Sopa de macarrão, legumes e carne moída	ESCOLAS Vitamina de banana, mamão e maçã CRECHES Suco polpa + Sopa de macarrão, legumes e carne moída	ESCOLAS E CRECHES Vitamina de banana, mamão e maçã	ESCOLAS E CRECHES Mini filão recheado	ESCOLAS E CRECHES Vitamina de banana, mamão e maçã / Salada de frutas

*Não adicionar açúcar nas preparações para menores de 3 anos **Consistência "amassada" para crianças de 7-11 meses *** Os gêneros alimentícios que compõe os cardápios poderão ser alterados quando houver algum problema no fornecimento ou grau de maturação que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida. As alterações deverão seguir as orientações da nutricionista ou coordenadora da cozinha piloto, seguindo substituições nutricionalmente equivalentes.

Composição Nutricional

Creches (7-11m)= Ref: 475kcal / 65-77g CHO / 12-18g PTN/13-18g LIP / 350ug VITA/ 35mg VITC/ 182mg Ca/ 5mg Fe - **Atingido: 406 kcal / 62g CHO / 13g PTN/ 11g LIP / 140ug VITA/ 33mg VITC/ 165mg Ca/ 2mg Fe;**

Creches (1-3a)= Ref: 708kcal / 97-115g CHO / 18-27g PTN/20-28g LIP / 147ug VITA/ 9mg VITC/ 350mg Ca/ 2mg Fe - **Atingido: 560 kcal / 84g CHO / 20g PTN/ 16g LIP / 240ug VITA/ 48mg VITC/ 308mg Ca/ 3mg Fe;**

Pré-escola(4-5a)= Ref: 945kcal / 130-154g CHO / 24-35g PTN/26-37g LIP - **Atingido: 790kcal / 120g CHO / 27g PTN/ 23g LIP;**

Fund 1 (6-10a)= Ref: 1150kcal / 158-187g CHO / 29-43g PTN/32-45g LIP - **Atingido: 900kcal / 140g CHO / 30g PTN/ 26g LIP.**

Sarah Carreira Rufato

Sarah Carreira Rufato
Nutricionista CRN-3/71628

Ana Carolina N. Silveira

Ana Carolina N. Silveira
Nutricionista CRN-3/65152