

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CONCEIÇÃO DO CASTELO/ES					
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO - ENSINO INFANTIL (PRÉ-ESCOLA – 3 anos a 5 anos e 11 meses) - período parcial (Matutino)					
ABRIL/2025					
	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA	6ª FEIRA
	31/03	01/04	02/04	03/04	04/04
"Comemoração ao Dia da Saúde e Nutrição e da Semana da Saúde no Brasil": Receitas Concurso Merendeiras					
DESJEJUM Horário: 7h	Leite queimado / Biscoito caseiro	Suco de polpa de acerola / Bolo de cenoura	Leite com cacau em pó / Pão caseiro da agricultura familiar	Suco de polpa de abacaxi / Aipim cozido	Banana picada com aveia e leite em pó
ALMOÇO Horário: 9:30h	Farofa Colorida / Arroz / Feijão / Salada de tomate, pepino e repolho branco SOBREMESA: Maçã	"Yakisoba" de frango Sobremesa: Melancia	Purê de Inhame e Biomassa de Banana Recheado de Carne Moída / Arroz / Feijão / Salada de tomate, brócolis e pepino SOBREMESA: Maçã	Feijoada Nutritiva de Talos / Arroz / Couve à mineira SOBREMESA: Laranja	Couve-flor ao Creme de Batata da Sirlene / Arroz / Salada de alface, repolho branco, repolho roxo, cenoura e tomate SOBREMESA: Salada de Frutas
	07/04	08/04	09/04	10/04	11/04
DESJEJUM Horário: 7h	Vitamina de abacate / Biscoito maisena	Leite com cacau em pó / Biscoito caseiro	Suco de polpa de maracujá / Pão caseiro da agricultura familiar	Vitamina de polpa de goiaba com aveia	Leite com cacau em pó / Banana da terra cozida
ALMOÇO Horário: 9:30h	Arroz à grega com carne moída / Feijão / Salada de tomate SOBREMESA: Manga	Macarrão ao molho de carne desfiada / Salada de repolho branco com cenoura e beterraba SOBREMESA: Banana	Frango ensopado / Arroz / Feijão / Batata assada / Salada de tomate com abobrinha cozida e cebola roxa SOBREMESA: Mamão	Polenta recheada com carne moída / Salada cozida (cenoura, chuchu e vagem) SOBREMESA: Maçã	Farofa de carne em cubos com cheiro verde / Arroz / Feijão / Salada de tomate e pepino Sobremesa: Uva
	14/04	15/04	16/04	17/04	18/04
DESJEJUM Horário: 7h	Leite com cacau em pó / Biscoito caseiro	Leite queimado / Inhame cozido	Suco de polpa de manga / Pão caseiro da agricultura familiar	Leite com cacau em pó / Biscoito caseiro	FERIADO
ALMOÇO Horário: 9:30h	Omelete de forno com legumes (cenoura, abobrinha, chuchu e tomate) / Macarrão ao alho e óleo / Feijão SOBREMESA: Banana	Arroz / Feijão Tropeiro Diferente / Vinagrete SOBREMESA: Maçã	Purê de batata com abóbora e frango / Arroz / Feijão / Salada de pepino Sobremesa: Melancia	Moqueca de Peixe com Banana da terra / Arroz / Pirão SOBREMESA: Laranja	
	21/04	22/04	23/04	24/04	25/04
DESJEJUM Horário: 7h	FERIADO	Vitamina de biscoito maisena	Leite com cacau em pó / Pão caseiro da agricultura familiar	Banana e abacate picados, com aveia e leite em pó	Suco de polpa de abacaxi / Biscoito caseiro
ALMOÇO Horário: 9:30h		Carne moída com cenoura / Arroz / Feijão / Salada de repolho bicolor (branco + roxo) SOBREMESA: Maçã	Macarrão cremoso de Frango / Salada de alface e tomate SOBREMESA: Uva	Músculo ensopado com batata / Polenta / Feijão / Salada de pepino ao vinagrete SOBREMESA: Mamão	Arroz temperado com frango desfiado, cenoura e vagem / Feijão / Salada de tomate e repolho branco SOBREMESA: Melancia

	28/04	29/04	30/04		
DESJEJUM Horário: 7h	FERIADO	Leite com cacau em pó / Biscoito caseiro	Suco de polpa de acerola / Bolo de Fubá		
ALMOÇO Horário: 9:30h		Macarrão com ovos mexidos / Feijão / Chuchu refogado / Salada de pepino e cenoura SOBREMESA: Laranja	Estrogonofe nutritivo de carne / Arroz / Salada de tomate, cebola desfiada e salsinha SOBREMESA: Maçã		
Composição nutricional (Média semanal)		Energia (Kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)
			55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET
		496,07	77g	21g	12g
			63%	17%	22%


 Liliana Magnago Pedruzzi
 Nutricionista
 CRN 11140013

Liliana Magnago Pedruzzi - Nutricionista CRN 11140013