

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO

PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO CRECHE (1-3 anos) | MAIO / 2026

Data	Entrada	Almoço	Jantar	Última refeição
01/05/26	FERIADO			
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): - CHO (g): - PTN (g): - LPD (g): - Fe: - Ca: -				
04/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, carne bovina moída com cenoura Salada de repolho	Purê de mandioquinha com molho carne bovina moída	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
05/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, frango tiras com batata doce Salada de alface Banana	Sopa de macarrão com frango tiras e couve fatiado	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
06/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz feijão, filé de peixe ao molho de tomate, purê de batata Salada beterraba Melão	Canja de arroz com carne bovina cubos, chuchu e cenoura	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
07/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, sobrecoxa de frango com osso e brócolis Abobrinha refogada Laranja pedaço s/ bagaço	Macarronada com sobrecoxa de frango com osso	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
08/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, pernil cozido ao molho de tomate Berinjela cozida Abacaxi pedaço	Sopa de fubá com pernil cubos e couve	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 881,40kcal CHO (g): 111,30g (50,7% VET) PTN (g): 40,31g (18,4% VET) LPD (g): 30,18g (30,9% VET) Fe: 2,76mg Ca: 244,62mg				
11/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, ovos mexidos / omelete de forno / cozidos Salada de beterraba	Polenta com carne bovina moída ao molho de tomate	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
12/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, frango cubos com batata doce Chuchu cozido Melancia pedaço	Sopa de feijão com frango cubos e cenoura	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
13/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, carne bovina cubos com berinjela Salada de pepino e tomate Banana	Purê de cenoura e batata com carne bovina cubos	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
14/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, pernil cubos cozido, creme de milho Salada de acelga c/ cenoura ralada Maçã	Macarronada com pernil cubos desfiado	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
15/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, bife bovino picado Salada de couve-flor Mamão	Sopa de macarrão com frango cubos, chuchu e vagem	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 865,39kcal CHO (g): 111,95g (51,8% VET) PTN (g): 39,11g (18,1% VET) LPD (g): 28,97g (30,1% VET) Fe: 3,05mg Ca: 241,88mg				
18/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, ovos mexidos / omelete de forno / cozidos Salada de repolho e cenoura ralada	Purê de mandioquinha com molho de frango desfiado	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
19/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, filé de peixe ao molho de tomate, purê mandioquinha Salada de alface Abacaxi pedaço	Macarronada com sobrecoxa de frango com osso	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
20/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, pernil cubos cozido com batatas Abobrinha refogada Laranja pedaço s/ bagaço	Sopa de fubá com carne bovina cubos picada e couve	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
21/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, carne bovina iscas com tomate e cenoura Chuchu cozido Melão pedaço	Canja de arroz com carne bovina iscas, chuchu e batata	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
22/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, frango tiras com brócolis e milho Salada de pepino Maçã	Sopa de feijão com frango desfiado e cenoura	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 868,47kcal CHO (g): 112,62g (52,0% VET) PTN (g): 39,60g (18,3% VET) LPD (g): 28,65g (29,8% VET) Fe: 2,84mg Ca: 246,81mg				
25/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, carne bovina moída com batata e tomate Salada de repolho	Polenta com carne bovina moída ao molho de tomate	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
26/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, frango em cubos com chuchu Salada de berinjela Banana	Purê de batata doce ao molho de frango desfiado	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
27/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, bife bovino picado Salada de acelga Melancia	Sopa de macarrão c/ frango cubos, brócolis, couve-flor, repolho e cenoura	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
28/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, pernil cubos com brócolis e milho Chuchu cozido Laranja pedaço s/ bagaço	Macarronada com pernil cubos	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
29/05/26	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão	Arroz, feijão, frango desfiado com creme de milho Salada de pepino com cenoura ralada Pera	Sopa de fubá com frango cubos e couve fatiado	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau e pão
Composição nutricional média semanal Energia (Kcal): 864,81kcal CHO (g): 113,83g (52,6% VET) PTN (g): 37,86g (17,5% VET) LPD (g): 28,71g (29,9% VET) Fe: 2,76mg Ca: 240,44mg				
Consistência: Branda/Sólida Manter consistência branda para os (de 1 ano) que tiverem dificuldade. Demais, evoluir a consistência NÃO COAR Sujeito a alterações da nutricionista				
Substituições: Tortas de frango ou carne c/ leg, salada de frutas, batida de frutas com leite Não adicionar açúcar em nenhuma das receitas (<3 anos) Leite/ fórmula poderá ser ofertado em momentos extras, conforme necessidade				

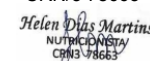
Ciente da obrigatoriedade em seguir o cardápio diariamente:

Assinatura direção

Helen Dias Martins

Nutricionista Alimentação Escolar

CRN/3 78663



 Helen Dias Martins
 NUTRICIONISTA
 CRN/3 78663