



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LENÇÓIS PAULISTA – COZINHA PILOTO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO CRECHES (1-3 ANOS) – SETEMBRO/2025

	Entrada	Almoço	Jantar	Última refeição		
01/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, ovos cozidos ou mexidos, salada de abobrinha coz com tomate.	Sopa macarrão, carne bov coz e pic c/ legumes.	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau		
02/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz feijão, frango sassami pic molho de tomate c/ batata, salada beterraba coz. Melão cortado	Sopa macarrão com legumes e frango desfiado	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau		
03/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão,picadinho de bife refogado,salada alface.Maçã s/ casca batida ou amassada s/ casca	Sopa de fubá com carne tiras cozida e picada	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau		
04/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, carne tiras c/ mandioca coz e picados, salada berinjela coz. Mamão amassado	Canja de arroz com filé de frango desf, legumes	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau		
05/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, filé de peixe cozido ou assado. Salada de cenoura (palito) com vagem cozidos.	Sopa de macarrão com carne tiras e legumes	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau		
Composição Nutricional:		Energia (Kcal):	CHO (g):	PTN (g):	LPD (g):	Vit. A:
08/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, carne moída refogada com cenoura e batata, salada de pepino.	Canja de arroz com frango e legumes			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
09/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, filé de frango desfiado molho c/ milho e ervilha, salada de alface. Banana amassada	Sopa macarrão com pernil desfiado			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
10/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, sobrecoxa com batatas coz, salada de chuchu. Melão cortado	Sopa arroz com carne iscas com legumes			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
11/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, bife picado refogado, purê de mandioquinha, salada de couve. Laranja picada	Sopa macarrão com carne bov pic e legumes			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
12/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, picadinho de frango sassami coz e refogado, crême de milho, salada acelga ralada	Macarronada ao molho de frango desfiado			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
Composição Nutricional:		Energia (Kcal):	CHO (g):	PTN (g):	LPD (g):	Vit. A:
15/09/25 FERIADO MUNICIPAL						
16/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, ovos cozidos ou mexidos, salada de beterraba coz. Melão cortado	Sopa macarrão, abobrinha, cenoura e iscas picada			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
17/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, frango filézinho pic, molho de tomate, salada batata c/ ovos coz. Banana amassada	Macarronada molho de frango desfiado c/ legumes			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
18/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, bife picado refogado, purê de mandioquinha, salada de couve. Laranja picada	Sopa macarrão com carne tiras e legumes			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
19/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, filé de peixe cozido ou assado, salada de brócolis coz com tomate.	Sopa de macarrão c/ batata, cenoura e carne cubos			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
Composição Nutricional:		Energia (Kcal):	CHO (g):	PTN (g):	LPD (g):	Vit. A:
22/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, ovos cozidos ou mexidos, salada de chuchu.	Sopa macarrão com frango e legumes			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
23/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, carne iscas pic ao molho de tomate, salada de alface. Mamão amassado	Sopa feijão, macarrão, carne iscas pic e legumes			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
24/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, filé de frango desfiado molho, purê de batata doce,salada almeirão.Maçã s/ casca	Sopa de fubá, frango desfiado e legumes.			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
25/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, filé de peixe cozido/assado, salada brócolis coz com tomate. Banana amassada	Sopa macarrão c/ batata, cenoura, pernil coz desf			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
26/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, carne tiras c/ mandioca cozidos e picados, salada de beterraba coz.	Canja de arroz com sobrecoxa desf e legumes			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
Composição Nutricional:		Energia (Kcal):	CHO (g):	PTN (g):	LPD (g):	Vit. A:
29/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, pernil com batatas, salada de repolho.	Sopa fubá com carne tiras e legumes			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
30/09/25	Leite materno ou Leite UHT c/ cacau	Arroz, feijão, sobrecoxa com batatas coz, salada de chuchu. Melão	Sopa macarrão c/ batata, cenoura, pernil coz desf			Leite materno ou Leite UHT c/ cacau
*Consistência: Sólida		*OBS:Cardápio sujeito a alterações da nutricionista RT. Seguir a consistência indicada.		Substituições: Bolo de milho, tortas frango ou carne c/ leg, salada de frutas, batida de frutas com leite. Não adicionar açúcar em nenhuma das receitas		
NÃO COAR. Manter a papa para os que tiverem dificuldade, demais evoluir consistência.						

Graciane Ulian – Nutricionista RT – Alimentação Escolar – CRN/3 54489

Ciente da obrigatoriedade em seguir o cardápio diariamente

Assinatura direção: _____

GRACIANE ULIAN
NUTRICIONISTA
CRN 54.489