

PREFEITURA MUNICIPAL DE SENGÊS-PR
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO CMEI: JAYME, LYGIA E RENASCER

SETEMBRO/2025

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA - 01	TERÇA-FEIRA - 02	QUARTA-FEIRA - 03	QUINTA-FEIRA - 04	SEXTA-FEIRA - 05
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Papa Pão e leite	Mingau: aveia maçã	Mingau: aveia banana	Banana e aveia (papa)	Mingau aveia
	08:30	Creche II e III Pré I e II	Pão francês manteiga Leite com cacau	Pão dog com requeijão Chá mate	Pão francês c/ manteiga Leite com cacau	Bolo (choc/coco/milho) Chá mate	Biscoito maisena Leite com cacau
ALMOÇO	10:00	Creche I	Papa: Feijão, arroz papa, ovo cozido, batata inglesa, chuchu, tomate, cenoura	Papa: Feijão, arroz papa, Peito frango desfiado, abobrinha, brócolis	Papa: Feijão, arroz papa, Pernil suino desfiado, cenoura, couve, abobrinh	Papa: Feijão, arroz papa, Carne desfiada, cebola, Brócolis,chuchu,mandioca	Papa: Feijão, arroz papa fígado galinha, couve-flor batata doce, tomate
	10:00 10:30	Creche II e III Pré I e II	Arroz e feijão cozidos, ovo mexido com cebola, salsinha e cebolinha Batata, chuchu e cenoura refogados, Repolho roxo e verde Maça	Arroz e feijão cozidos, Peito de Frango c/ tomate Brócolis refogado c/ alho Couve-flor com requeijão e orégano Pepino Banana	Arroz e feijão cozidos, Pernil suino refogado com tomate,cebola e temperos Faroda: cenoura, couve, abobrinha e temperos Alface roxa e crespa Mamão	Arroz e feijão cozidos, Carne em iscas refogada cebola, alho, sals e cebol Mandioca cozida Brócolis, chuchu, cenoura Beterraba cozida Laranja	Arroz e feijão cozidos, Quirera, fígado de galinha ao molho de tomate, pimentão, salsinha e cebolinha. Repolho verde Melão
COLAÇÃO	13:00	Creche I e II	Mamadeira/ banana	Mamadeira/mamão	Mamadeira/melão	Mamadeira/maçã	Mamadeira/ manga
		Creche III e Pré	Banana	Mamão	Melão	Maça	Manga
JANTAR	14:00	Creche I	Caldo de feijão e arroz Batata, chuchu e cenoura	Caldo de feijao e arroz abobrinh, brócolis, tomate	Caldo de feijao e arroz carne, repolho, mandiog	Caldo de feijao e arroz Carne desfiada, brócolis	Caldo de feijao e arroz frango desfiado, mandioca
	14:30	Creche II e III	Macarrão com frango cenoura e temperos	Purê de batatas	Bolo (choc/coco/milho)	Polenta c/ carne desfiada	Cereal de milho s/açúcar
	15:00	Pré I e II		Peito de Frango c/ tomate	Suco de laranja	tomate e temperos	Leite com maracujá
REFEIÇÃO	HORA	TURMA	SEGUNDA-FEIRA - 08	TERÇA-FEIRA - 09	QUARTA-FEIRA - 10	QUINTA-FEIRA - 11	SEXTA-FEIRA - 12
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Papa Pão e leite	Mingau: aveia maçã	Mingau: aveia banana	Banana e aveia (papa)	Mingau aveia
	08:30	Creche II e III Pré I e II	Pão francês manteiga Leite com café	Pão dog com requeijão Chá mate	Pão francês c/ manteiga Leite com cacau	Bolo (choc/coco/milho) Chá mate	Biscoito maisena Leite com cacau
ALMOÇO	10:00	Creche I	Papa: Feijão, arroz papa, Peito frango desfiado, batata, abobrinha, brócolis	Papa: Feijão, arroz papa, Filé tilápia, batata inglesa, chuchu, tomate, cenoura	Papa: Feijão, arroz papa, Pernil suino desfiado Mandioquinha, couve	Papa: Feijão, arroz papa, Carne desfiada, cebola, Brócolis, chuchu	Papa: Feijão, arroz papa, frango desfiafo, couve mandioca
	10:00 10:30	Creche II e III Pré I e II	Arroz e feijão cozidos, Peito de Frango c/ tomate Brócolis refogado com alho Couve-flor com requeijão e orégano Salada: Alface	Arroz e feijão cozidos, Filé de tilápia c/ tomate salsinha e cebolinha Batata, chuchu e cenoura refogados, Salada: repolho e limão	Arroz e feijão cozidos, Pernil suino refogado com cebola e temperos Faroda: cenoura, couve, abobrinha, Salada: Beterraba cozida	Arroz e feijão cozidos, Carne em iscas refogada cebola, alho, sals e cebol Mandioca cozida Brócolis, chuchu, cenoura Salada: Alface e tomate	Arroz e feijão cozidos, Macarrão Ave Maria frango desfiado, tomate, cenoura ralada, salsinha e cebolinha Salada: Beterraba cozida
			Maça	Banana	Mamão	Laranja	Melão
COLAÇÃO	13:00	Creche I e II	Mamadeira/ banana	Mamadeira/mamão	Mamadeira/melão	Mamadeira/maçã	Mamadeira/ manga
		Creche III e Prés	Banana	Mamão	Melão	Maça	Manga
JANTAR	14:00	Creche I	Caldo de feijão e arroz Batata, chuchu e cenoura	Caldo de feijao e arroz abobrinh, brócolis, tomat	Caldo de feijao e arroz carne, repolho, mandiog	Caldo de feijao e arroz Carne desfiada, brócolis	Caldo de feijao e arroz frango desfiado, madioca
	14:30	Creche II e III	Macarrão com frango cenoura e temperos	Torta de legumes, frango	Bolo (choc/coco/milho)	Polenta c/ carne desfiada	Cereal de milho s/açúcar
	15:00	Pré I e II		Suco de laranja	Suco de uva	tomate e temperos	Leite com polpa de manga

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA - 15	TERÇA-FEIRA - 16	QUARTA-FEIRA - 17	QUINTA-FEIRA - 18	SEXTA-FEIRA - 19
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Papa Pão e leite	Mingau: aveia maçã	Mingau: aveia banana	Banana e aveia (papa)	Mingau aveia
	08:30	Creche II e III Pré I e II	Pão francês manteiga Leite com cacau	Pão dog com requeijão Chá mate	Pão francês c/ manteiga Leite com cacau	Bolo (choc/coco/milho) Chá mate	Biscoito maisena Leite com cacau
ALMOÇO	10:00	Creche I	Papa: Feijão, arroz papa, ovo cozido, batata inglesa, chuchu, tomate, cenoura	Papa: Feijão, arroz papa, Peito frango desfiado, abobrinha, brócolis	Papa: Feijão, arroz papa, Pernil suino desfiado, cenoura, couve, abobrinh	Papa: Feijão, arroz papa, Carne desfiada, cebola, Brócolis,chuchu,mandioca	Papa: Feijão, arroz papa fígado galinha, couve-flor batata doce, tomate
	10:00 10:30	Creche II e III Pré I e II	Arroz e feijão cozidos, ovo mexido com cebola, salsinha e cebolinha Batata, chuchu e cenoura refogados, Repolho roxo e verde Maça	Arroz e feijão cozidos, Peito de Frango c/ tomate Brócolis refogado c/ alho Couve-flor com requeijão e orégano Pepino Banana	Arroz e feijão cozidos, Pernil suino refogado com tomate,cebola e temperos Faroda: cenoura, couve, abobrinha e temperos Alface roxa e crespa Mamão	Arroz e feijão cozidos, Carne em iscas refogada cebola, alho, sals e cebol Mandioca cozida Brócolis, chuchu, cenoura Beterraba cozida Laranja	Arroz e feijão cozidos, Quirera, fígado de galinha ao molho de tomate, pimentão, salsinha e cebolinha. Repolho verde Melão
COLAÇÃO	13:00	Creche I e II	Mamadeira/ banana	Mamadeira/mamão	Mamadeira/melão	Mamadeira/maçã	Mamadeira/ manga
		Creche III e Pré	Banana	Mamão	Melão	Maça	Manga
JANTAR	14:00	Creche I	Caldo de feijão e arroz Batata, chuchu e cenoura	Caldo de feijao e arroz abobrinh, brócolis, tomate	Caldo de feijao e arroz carne, repolho, mandioq	Caldo de feijao e arroz Carne desfiada, brócolis	Caldo de feijao e arroz frango desfiado, mandioca
	14:30	Creche II e III	Macarrão com frango	Purê de batatas	Bolo (choc/coco/milho)	Polenta c/ carne desfiada	Cereal de milho s/açúcar
	15:00	Pré I e II	cenoura e temperos	Peito de Frango c/ tomate	Suco de laranja	tomate e temperos	Leite com maracujá
REFEIÇÃO	HORA	TURMA	SEGUNDA-FEIRA - 22	TERÇA-FEIRA - 23	QUARTA-FEIRA - 24	QUINTA-FEIRA - 25	SEXTA-FEIRA - 26
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Papa Pão e leite	Mingau: aveia maçã	Mingau: aveia banana	Banana e aveia (papa)	Mingau aveia
	08:30	Creche II e III Pré I e II	Pão francês manteiga Leite com café	Pão dog com requeijão Chá mate	Pão francês c/ manteiga Leite com cacau	Bolo (choc/coco/milho) Chá mate	Biscoito maisena Leite com cacau
ALMOÇO	10:00	Creche I	Papa: Feijão, arroz papa, Peito frango desfiado, batata, abobrinha, brócolis	Papa: Feijão, arroz papa, Filé tilápia, batata inglesa, chuchu, tomate, cenoura	Papa: Feijão, arroz papa, Pernil suino desfiado Mandioquinha, couve	Papa: Feijão, arroz papa, Carne desfiada, cebola, Brócolis, chuchu	Papa: Feijão, arroz papa, frango desfiafo, couve mandioca
	10:00 10:30	Creche II e III Pré I e II	Arroz e feijão cozidos, Peito de Frango c/ tomate Brócolis refogado com alho Couve-flor com requeijão e orégano Salada: Alface Maça	Arroz e feijão cozidos, Filé de tilápia c/ tomate salsinha e cebolinha Batata, chuchu e cenoura refogados, Salada: repolho e limão Banana	Arroz e feijão cozidos, Pernil suino refogado com cebola e temperos Faroda: cenoura, couve, abobrinha, Salada: Beterraba cozida Mamão	Arroz e feijão cozidos, Carne em iscas refogada cebola, alho, sals e cebol Mandioca cozida Brócolis, chuchu, cenoura Salada: Alface e tomate Laranja	Arroz e feijão cozidos, Macarrão Ave Maria frango desfiado, tomate, cenoura ralada, salsinha e cebolinha Salada: Beterraba cozida Melão
COLAÇÃO	13:00	Creche I e II	Mamadeira/ banana	Mamadeira/mamão	Mamadeira/melão	Mamadeira/maçã	Mamadeira/ manga
		Crh III e Prés	Banana	Mamão	Melão	Maça	Manga
JANTAR	14:00	Creche I	Caldo de feijão e arroz Batata, chuchu e cenoura	Caldo de feijao e arroz abobrinh, brócolis, tomat	Caldo de feijao e arroz carne, repolho, mandioq	Caldo de feijao e arroz Carne desfiada, brócolis	Caldo de feijao e arroz frango desfiado, madioca
	14:30	Creche II e III	Macarrão com frango	Torta de legumes, frango	Bolo (choc/coco/milho)	Polenta c/ carne desfiada	Cereal de milho s/açúcar
	15:00	Pré I e II	cenoura e temperos	Suco de laranja	Suco de uva	tomate e temperos	Leite com polpa de manga

REFEIÇÃO	HORA	TURMA	SEGUNDA-FEIRA - 29	TERÇA-FEIRA - 30	ALIMENTAÇÃO ESPECIAL AOS ALÉRGICOS E INTOLERANTES
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Papa Pão e leite	Mingau: aveia maçã	APLV: Servir bebida vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja. LACTOSE: Ofertar somente Leite de vaca sem lactose; GLÚTEN: Substituir por alimentos sem glúten (macarrão/bolo/farinha/biscoito) Biscoito Maisena, de arroz, pão, Farinha de arroz p/bolo todos sem glúten BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras AVEIA: Excluir os alimentos que contenham aveia e vestígios de aveia. CENOURA: Excluir os alimentos que contenham cenoura, total ou parcial. OVO: Excluir alimentos q/ contenham ovo. Total e parcial (Macarrão/ bolo/ biscoito/ pão/ farinhas etc); SOJA: Excluir os alimentos que contenham soja ou mesmo vestígios de soja. isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado TOMATE: Excluir todos os alimentos que contenham tomate total ou parcial.
	08:30	Creche II e III Pré I e II	Pão francês manteiga Leite com cacau	Pão dog com requeijão Chá mate	
ALMOÇO	10:00	Creche I	Papa: Feijão, arroz papa, ovo cozido, batata inglesa, chuchu, tomate, cenoura	Papa: Feijão, arroz papa, Peito frango desfiado, abobrinha, brócolis	
	10:00 10:30	Creche II e III Pré I e II	Arroz e feijão cozidos, ovo mexido com cebola, salsinha e cebolinha Batata, chuchu e cenoura refogados, Repolho roxo e verde Maça	Arroz e feijão cozidos, Peito de Frango c/ tomate Brócolis refogado c/ alho Couve-flor com requeijão e orégano Pepino Banana	
	13:00	Creche I e II Crh III e Prés	Mamadeira/ banana Banana	Mamadeira/mamão Mamão	 
JANTAR	14:00	Creche I	Caldo de feijão e arroz Batata, chuchu e cenoura	Caldo de feijão e arroz abobrinha, brócolis, tomate	
	14:30	Creche II e III	Macarrão com frango	Pão de queijo	
	15:00	Pré I e II	cenoura e temperos	Suco de acerola	

OBSERVAÇÕES

1. Diariamente deverá ser incluído nos preparos dos alimentos: Alho, cebola, salsinha, cebolinha, orégano, açafrão, colorau e/ou outros temperos;
2. Caso a criança permaneça na escola após às 17 horas, não ofertar biscoitos doces ou salgados. Ofertar fruta (maçã, banana, melão, manga, mamão);
3. Feijão, arroz, carnes e legumes deverão ser cozidos no dia de servir. Sobras de alimentos cozidos no dia anterior não poderão ser utilizados nas refeições;
4. As verduras deverão ser lavadas e higienizadas com produto apropriado. RDC 216/04 ANVISA - "As Boas Práticas de Preparação de Alimentos";
5. Os legumes deverão ser cortados com a "cabrita", em pedaços pequenos para que não haja necessidade de amassar. Deverão ser cozidos ou refogados separadamente da carne.
6. A beterraba poderá ser servida crua e ralada ou cozida quando cortada na cabrita. Cozinhar com pouca água.
7. A papa das crianças entre 6 e 7 meses deverão ser bem amassadas ou passadas na peneira e não liquidificadas.
8. Crianças entre 8 a 11 meses deverão comer os alimentos levemente amassados.
9. A partir de 12 meses as crianças deverão comer os alimentos em pequenos pedaços, sem amassar.
10. O processo de introdução alimentar é lento e deve ser respeitado a capacidade estomacal das crianças, bem como seu desenvolvimento físico.


Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN8 - 14399

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043


Maria das Graças de Souza
Nutricionista QT CRN8 14399



