

**PREFEITURA MUNICIPAL DE SENGÊS-PR
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**

CARDÁPIO CMEI: JAYME, LYGIA E RENASCE

OUTUBRO/2025

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	QUARTA-FEIRA - 01/10	QUINTA-FEIRA - 02/10	SEXTA-FEIRA - 03/10	 	
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Mingau: aveia maçã	Banana e aveia (papa)	Mingau aveia		
	08:30	Creche II e III Pré I e II	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, 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, Pernil suino refogado com tomate, cebola Farofa de legumes Alface roxa e crespas Mamão	Arroz e feijão cozidos, Carne em iscas refogada Brócolis, chuchu, cenoura Salada de Beterraba crua e tomates Laranja	Arroz e feijão cozidos, Fígado de galinha, com batata, pimentão, tomate temperos Repolho verde Maçã		
	13:00	Creche I e II Creche III e Pré	Mamadeira/melão Banana	Mamadeira/maçã Mamão	Mamadeira/ manga Banana		
JANTAR	14:00	Creche I	Caldo de feijão e arroz carne, repolho, batata	Caldo de feijão e arroz Carne desfiada, brócolis	Caldo de feijão e arroz frango desfiado, brócolis		
	14:30	Creche II e III	Bolo (choc/coco/milho)	Polenta c/ carne desfiada	Cereal de milho s/açúcar		
	15:00	Pré I e II	Suco de laranja	tomate e temperos	Leite com maracujá		

SEMANA DA CRIANÇA

REFEIÇÃO	HORA	TURMA	SEGUNDA-FEIRA - 06/10	TERÇA-FEIRA - 07/10	QUARTA-FEIRA - 08/10	QUINTA-FEIRA - 09/10	SEXTA-FEIRA - 10/10
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Papa Pão e leite	Mingau: aveia maçã	Mingau: aveia banana	Papa Pão e leite	Mingau aveia
	08:30	Creche II e III	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
		Pré I e II !/2 período	Pão de queijo Suco de laranja	Pão francês com carne e queijo, tomate, alface Suco de morango	Bolo de chocolate com creme e morangos Suco de abacaxi	Torta de legumes com requeijão e Suco acerola Geladinho de frutas	Pizza frango, tomate queijo e orégano Suco de maracujá
ALMOÇO	10:00	Creche I	Papa: Feijão, arroz papa, Peito frango desfiado, batata, abobrinha, brócolis	Papa: Feijão, arroz papa, Ovo mexido, batata, 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 desfiado, couve mandioca
	10:00 10:30	Creche II e III e Pré I e II	Arroz e feijão cozidos, Peito de Frango c/ tomate Brócolis refogado com alho Couve-flor com requeijão Salada: Alface Maçã	Arroz e feijão cozidos, Ovo cozido salsinha e cebolinha Batata, e cenoura Salada: repolho e limão Melão	Arroz e feijão cozidos, Virado de Pernil suíno com abobrinha, cenoura temperos Salada: Beterraba cozida Mamão	Arroz e feijão cozidos, Carne em iscas refogada batata ao forno Brócolis, chuchu, cenoura Salada: Alface e tomate Laranja	Arroz e feijão cozidos, Macarrão Ave Maria frango desfiado, tomate, cenoura ralada e temperos Salada: Beterraba cozida Maçã
COLAÇÃO	13:00	Creche I e II Creche III e Prés	Mamadeira/ banana Banana	Mamadeira/mamão Banana	Mamadeira/melão Melão	Mamadeira/maçã Banana	Mamadeira/ manga Banana
JANTAR	14:00	Creche I	Caldo de feijão e arroz Batata, chuchu e cenoura	Caldo de feijão e arroz abobrinh, brócolis, tomat	Caldo de feijão e arroz carne, repolho, mandioq	Caldo de feijão e arroz Carne desfiada, brócolis	Caldo de feijão e arroz frango desfiado, madioca
	14:30 e 15:00	Creche II e III e Pré I e II	Pão de queijo Suco de laranja	Pão francês com carne e queijo, tomate, alface Suco de morango	Bolo de chocolate com creme e morangos Suco de abacaxi	Torta de legumes com requeijão e Suco acerola Geladinho de frutas	Pizza frango, tomate queijo e orégano Suco de maracujá

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA - 13/10	TERÇA-FEIRA - 14/10	QUARTA-FEIRA - 15/10	QUINTA-FEIRA - 16/10	SEXTA-FEIRA - 17/10
CAFÉ	08:00	Creche I	Papa Pão e leite	Mingau: aveia maçã	Mingau: aveia banana	Papa Pão e elite	Mingau aveia
DA MANHÃ	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, 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, Batata e cenoura Repolho roxo e verde Maçã	Arroz e feijão cozidos, Peito de Frango c/ tomate Brócolis refogado c/ alho Couve-flor com requeijão Melão	Arroz e feijão cozidos, Pernil suíno refogado Farofa de legumes Alface roxa e crespa Mamão	Arroz e feijão cozidos, Carne em iscas refogada Brócolis, cenoura Beterraba crua e tomates Laranja	Arroz e feijão cozidos, Fígado de galinha, com pimentão, tomates Repolho verde Maçã
	13:00	Creche I e II Creche III e Pré	Mamadeira/ banana Banana	Mamadeira/mamão Banana	Mamadeira/melão Maçã	Mamadeira/maçã Banana	Mamadeira/ manga Banana
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, batata	Caldo de feijao e arroz Carne desfiada, brócolis	Caldo de feijao e arroz frango desfiado, brócolis
	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 - 20/10	TERÇA-FEIRA - 21/10	QUARTA-FEIRA - 22/10	QUINTA-FEIRA - 23/10	SEXTA-FEIRA - 24/10
CAFÉ	08:00	Creche I	Papa Pão e leite	Mingau: aveia maçã	Mingau: aveia banana	Papa Pão e leite	Mingau aveia
DA MANHÃ	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, Ovo cozido 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 c/ alho Couve-flor com requeijão e orégano Salada: Alface Maçã	Arroz e feijão cozidos, Ovo cozido Batata, chuchu e cenoura refogados com salsinha, cebolinha e temperos Salada: repolho e limão Banana	Arroz e feijão cozidos, Pernil suino refogado com cebola e temperos Farofa: 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 Maçã
	13:00	Creche I e II Crh III e Prés	Mamadeira/ banana Banana	Mamadeira/mamão Banana	Mamadeira/melão Melão	Mamadeira/maçã Banana	Mamadeira/ manga Banana
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)	Quirera 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 - 27/10	TERÇA-FEIRA - 28/10	QUARTA-FEIRA - 29/10	QUINTA-FEIRA - 30/10	SEXTA-FEIRA - 31/10
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Papa Pão e leite	Mingau: aveia maçã	Mingau: aveia banana	Papa Pão e leite	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, tomate, cenoura	Papa: Feijão, arroz papa, Peito frango desfiado, abobrinha, brócolis	Papa: Feijão, arroz papa, Pernil suino desfiado, cenoura, couve, abobrinha	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, Batata e cenoura Repolho roxo e verde Maçã	Arroz e feijão cozidos, Peito de Frango c/ tomate Brócolis refogado c/ alho Couve-flor com requeijão Melão	Arroz e feijão cozidos, Pernil suíno refogado Farofa de legumes Alface roxa e crespa Mamão	Arroz e feijão cozidos, Carne em iscas refogada Brócolis, cenoura Beterraba crua e tomates Laranja	Arroz e feijão cozidos, Fígado de galinha, com pimentão, tomates Repolho verde Maçã
	13:00	Creche I e II	Mamadeira/ banana	Mamadeira/mamão	Mamadeira/melão	Mamadeira/maçã	Mamadeira/ manga
COLAÇÃO		Creche III e Pré	Banana	Banana	melão	Banana	Banana
JANTAR	14:00	Creche I	Caldo de feijão e arroz Batata, chuchu e cenoura	Caldo de feijão e arroz abobrinha, brócolis, tomate	Caldo de feijão e arroz carne, repolho, batata	Caldo de feijão e arroz Carne desfiada, brócolis	Caldo de feijão e arroz frango desfiado, brócolis
	14:30 15:00	Creche II e III Pré I e II	Macarrão com frango cenoura e temperos	Purê de batatas Peito de Frango c/ tomate	Bolo (choc/coco/milho) Suco de laranja	Polenta c/ carne desfiada tomate e temperos	Cereal de milho s/açúcar Leite com maracujá
	14:30 15:00	Creche II e III Pré I e II	Macarrão com frango cenoura e temperos	Purê de batatas Peito de Frango c/ tomate	Bolo (choc/coco/milho) Suco de laranja	Polenta c/ carne desfiada tomate e temperos	Cereal de milho s/açúcar Leite com maracujá

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.
11. Todas as sobras de alimentos do dia deverão ser descartados na escola em local apropriado.

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL AOS ALÉRGICOS E INTOLERANTES

APLV: Servir bebida vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.	CENOURA: Excluir os alimentos que contenham cenoura, total ou parcial.
LACTOSE: Ofertar somente Leite de vaca sem lactose;	OVO: Excluir alimentos q/ contenham ovo. Total e parcial (Macarrão/ bolo/ biscoito/ pão/ farinhas etc);
GLÚTEN: Substituir por alimentos sem glúten (macarrão/bolo/farinha/biscoito) Biscoito Maisena, de arroz, pão, Farinha de arroz p/bolo todos sem glúten	SOJA: Excluir os alimentos que contenham soja ou mesmo vestígios de soja.
BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras	OBS: Óleo de soja isento de carboidratos e proteínas, podendo ser usado
AVEIA: Excluir os alimentos que contenham aveia e vestígios de aveia.	TOMATE: Excluir todos os alimentos que contenham tomate total ou parcial.