

PREFEITURA MUNICIPAL DE SENGÊS-PR
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO SETEMBRO/2026 - CMEIS: JAYME, LIGYA E RENASCER

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	TERÇA-FEIRA 01.09.2026	QUARTA-FEIRA 02.09.2026	QUINTA-FEIRA 03.09.2026	SEXTA-FEIRA 04.09.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:00 a 08:20	Creche I	Mingau: Alho e ovo	Mingau: Maçã e aveia	Banana amassada	Mingau: Banana e aveia
		Creche II e III	Pão dog, manteiga Leite e café	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Pão francês, manteiga Leite e café	Bolo chocolate e aveia Chá de ervas
COLAÇÃO	08:25 08:45	Pré I e II	Pão dog, manteiga Leite e café	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Pão francês, manteiga Leite e café	Bolo chocolate e aveia Chá de ervas
		Creche I	Mamão	Banana maçã	Maçã Argentina	Laranja
ALMOÇO	11:00	Creche II, III	Mamão	Banana nanica	Maçã Fugii	Laranja
		Creche I	Papa: Arroz, caldo feijão Frango desfiado, tomate Batata e cenoura	Papa: Arroz, caldo feijão Pernil, mandioca couve,	Papa: Arroz, caldo feijão Patinho desfiado, Inhame brócolis, beterraba,	Papa: Arroz, caldo feijão Frango moído, batata doce e couve-flor
	11:25 a	Creche II e III	Arroz, feijão, frango, batata, abobrinha Salada: Alface e tomate	Arroz, feijão, virado de pernil, cenoura e repolho salada: Couve	Arroz, feijão, patinho isca batata doce, tomate Salada: chuchu	Arroz, feijão, frango desfiado, abobrinha Salada: Beterraba
		Pré I e II	Arroz, feijão, frango, batata, abobrinha Salada: Alface e tomate Laranja	Arroz, feijão, virado de pernil, cenoura e repolho salada: Couve Melão	Arroz, feijão, patinho isca batata doce, tomate Salada: chuchu Banana	Arroz, feijão, frango desfiado, abobrinha Salada: Beterraba Maçã
COLAÇÃO	13:45	Creche I	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta
		Creche II, III e Pré	Laranja	Melão	Banana	Maçã
JANTAR	15:30	Creche I	Papa: Arroz, caldo feijão Frango desfiado Couve-flor, cenoura	Papa: macarrão, caldo feijão, carne moída abóbobrinha e brócolis	Papa: Arroz, caldo feijão frango desfiado, tomate, batata, couve	Papa de sopa legumes: carne, cenoura, brócolis batata e chuchu
		Creche II e III Pré I e II	Arroz com frango, tomate ervilha seca, milho, cenour	Macarrão, Patinho iscas e extrato tomate	Bolo chocolate e aveia Suco de acerola	Cereal sem açúcar Leite c/ maracujá



Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26, LIP= 29g, Ferro= 3.5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia e a própria aveia.

BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão sem Glúten, bolo sem glúten, cereal sem glúten, Biscoito Maisena sem glúten, Biscoito de arroz, pão sem glúten, Farinha de arroz p/bolo

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA 07.09.26	TERÇA-FEIRA 08.09.2026	QUARTA-FEIRA 09.09.2026	QUINTA-FEIRA 10.09.2026	SEXTA-FEIRA 11.09.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I		Mingau de alho e ovo	Mingau: Maçã e aveia	Banana amassada	ESTUDO E PLANEJAMENTO
	a 08:20	Creche II e III		Pão dog, manteiga Leite e café	Pão francês, manteiga Leite e cacau	Pão francês, requeijão Leite e café	
	08:25 08:45	Pré I e II		Pão dog, manteiga Leite e café	Pão francês, manteiga Leite e cacau	Pão francês, requeijão Leite e café	
COLAÇÃO	09:45	Creche I		Pera	Banana	Laranja	
		Creche II, III		Laranja	Maçã	Banana	
ALMOÇO	11:00	Creche I		Papa: Arroz, caldo feijão Frango desfiado Batata e cenoura	Papa: Arroz, caldo feijão Pernil, mandioca brócolis e beterraba	Papa: Arroz, caldo feijão Patinho iscas, cenoura tomate	
		Creche II e III		Arroz, feijão Frango e abobrinha Salada: Alface	Arroz, feijão, Virado: pernil e repolho Salada: Couve	Arroz, feijão, patinho iscas, batata e tomate Salada: chuchu	
	11:25 a	Pré I e II		Arroz, feijão Frango e abobrinha Salada: Alface Laranja	Arroz, feijão, pernil Virado: pernil e repolho Salada: Couve Maçã	Arroz, feijão Patinho iscas, tomate Salada: chuchu Banana	
COLAÇÃO	13:45	Creche I		Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	
		Creche II, III e Pré		Laranja	Maçã	Banana	
JANTAR	15:30	Creche I		Papa: Arroz feijão Frango desfiado Couve-flor, cenoura	Papa: Arroz e caldo feijão Frango desfiado abóbobrinha e brócolis	Papa: Arroz e feijão carne moída ,tomate, batata, couve	
	16:00	Creche II e III Pré I e II		Arroz com frango, tomate ervilha, milho, cenoura	Macarrão, Patinho iscas e extrato tomate	Bolo de fubá e aveia Suco de frutas	

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26, LIP= 29g, Ferro= 3,5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão sem Glúten, bolo sem glúten, cereal sem glúten, Biscoito Maisena sem glúten, Biscoito de arroz, pão sem glúten, Farinha de arroz p/bolo

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

PREFEITURA MUNICIPAL DE SENGÊS-PR
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
CARDÁPIO SETEMBRO/2026 - CMEIS: JAYME, LIGYA E RENASCER

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA 14.09.2026	TERÇA-FEIRA 15.09.2026	QUARTA-FEIRA 16.09.2026	QUINTA-FEIRA 17.09.2026	SEXTA-FEIRA 18.09.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Maçã Argentina raspada	Mingau: Alho e ovo	Mingau: Maçã e aveia	Banana amassada	Mingau: Banana e aveia
	a 08:20	Creche II e III	Pão francês, requeijão, Leite e cacau	Pão dog, manteiga Leite e café	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Pão francês, manteiga Leite e café	Bolo chocolate e aveia Chá de ervas
	08:25 08:45	Pré I e II	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Pão dog, manteiga Leite e café	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Pão francês, manteiga Leite e café	Bolo chocolate e aveia Chá de ervas
COLAÇÃO	09:45	Creche I	Pera raspada	Mamão	Banana maçã	Maçã Argentina	Laranja
		Creche II, III	Pera	Mamão	Banana nanica	Maçã Fugi	Laranja
ALMOÇO	11:00	Creche I	Papa: Arroz, caldo feijão Carne moída, cenoura beterraba, couve	Papa: Arroz, caldo feijão Frango desfiado, tomate Batata e cenoura	Papa: Arroz, caldo feijão Pernil, mandioca couve,	Papa: Arroz, caldo feijão Patinho desfiado, Inhame brócolis, beterraba,	Papa: Arroz, caldo feijão Frango moído, batata doce e couve-flor
		Creche II e III	Arroz, feijão, carne moída, cenoura, batata Salada: Tomate	Arroz, feijão, frango, batata, abobrinha Salada: Alface e tomate	Arroz, feijão, virado de pernil, cenoura e repolho salada: Couve	Arroz, feijão, patinho isca batata doce, tomate Salada: chuchu	Arroz, feijão, frango desfiado, abobrinha Salada: Beterraba
	11:25 a	Pré I e II	Arroz, feijão, carne moída, cenoura, batata Salada: Tomate Maçã	Arroz, feijão, frango, batata, abobrinha Salada: Alface e tomate Laranja	Arroz, feijão, virado de pernil, cenoura e repolho salada: Couve Melão	Arroz, feijão, patinho isca batata doce, tomate Salada: chuchu Banana	Arroz, feijão, frango desfiado, abobrinha Salada: Beterraba Maçã
COLAÇÃO	13:45	Creche I	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta
		Crec II, III e Pré	Banana	Laranja	Melão	Banana	Maçã
JANTAR	15:30	Creche I	Papa: Feijão, polenta frango desfiado tomate/cenoura	Papa: Arroz, caldo feijão Frango desfiado Couve-flor, cenoura	Papa: macarrão, caldo feijão, carne moída abóbobrinha e brócolis	Papa: Arroz, caldo feijão frango desfiado, tomate, batata, couve	Papa de sopa legumes: carne, cenoura, brócolis batata e chuchu
	16:00	Creche II e III Pré I e II	Polenta, carne moída extrato tomate	Arroz com frango, tomate ervilha seca, milho, cenour	Macarrão, Patinho iscas e extrato tomate	Bolo chocolate e aveia Suco de acerola	Cereal sem açúcar Leite c/ maracujá

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26, LIP= 29g, Ferro= 3,5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão sem Glúten, bolo sem glúten, cereal sem glúten, Biscoito Maisena sem glúten, Biscoito de arroz, pão sem glúten, Farinha de arroz p/bolo

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

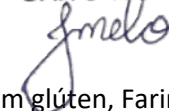
OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043




Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
			21.09.2026	22.09.2026	23.09.2026	24.09.2026	25.09.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:00	Creche I	Mingau: aveia Banana e canela	Mingau de alho e ovo	Mingau: Maçã e aveia	Banana amassada	Mingau: Maçã e aveia
	a 08:20	Creche II e III	Pão francês, requeijão, Leite e cacau	Pão dog, manteiga Leite e café	Pão francês, manteiga Leite e cacau	Pão francês, requeijão Leite e café	Bolo branco Chá de ervas
	08:25 08:45	Pré I e II	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Pão dog, manteiga Leite e café	Pão francês, manteiga Leite e cacau	Pão francês, requeijão Leite e café	Bolo de cenoura Chá de ervas
COLAÇÃO	09:45	Creche I	Maçã	Pera	Banana	Laranja	Laranja
		Creche II, III	Maçã	Laranja	Maçã	Banana	Fruta da época
ALMOÇO	11:00	Creche I	Papa: Arroz, feijão Carne moída, abóbora madura	Papa: Arroz, caldo feijão Frango desfiado Batata e cenoura	Papa: Arroz, caldo feijão Pernil, mandioca brócolis e beterraba	Papa: Arroz, caldo feijão Patinho iscas, cenoura tomate	Papa: Arroz cozido Caldo Feijão Frango desfiado e couve
		Creche II e III	Arroz, feijão Carne moída, extr. Tomate Salada: Tomate	Arroz, feijão Frango e abobrinha Salada: Alface	Arroz, feijão, Virado: pernil e repolho Salada: Couve	Arroz, feijão, patinho iscas, batata e tomate Salada: chuchu	Arroz, feijão, frango desfiado, chuchu Salada: Beterraba
	11:25 a	Pré I e II	Arroz, feijão Carne moída, ext. tomate Salada: tomate Mamão	Arroz, feijão Frango e abobrinha Salada: Alface Laranja	Arroz, feijão, pernil Virado: pernil e repolho Salada: Couve Maçã	Arroz, feijão Patinho iscas, tomate Salada: chuchu Banana	Arroz, feijão Frango desfiado, chuchu Salada: Beterraba Salada de Frutas
COLAÇÃO	13:45	Creche I	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta
		Creche II, III e Pré	Mamão	Laranja	Maçã	Banana	Salada de frutas
JANTAR	15:30	Creche I	Papa: Feijão, quirera frango desfiado tomate/cenoura	Papa: Arroz feijão Frango desfiado Couve-flor, cenoura	Papa: Arroz e caldo feijão Frango desfiado abóbobrinha e brócolis	Papa: Arroz e feijão carne moída ,tomate, batata, couve	Papa de sopa legumes: carne, cenoura, brócolis batata e chuchu
	16:00	Creche II e III Pré I e II	Polenta, carne moída extrato tomate	Arroz com frango, tomate ervilha, milho, cenoura	Macarrão, Patinho iscas e extrato tomate	Bolo de cenoura Suco de frutas	Cereal sem açúcar Leite e suco morango

Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26, LIP= 29g, Ferro= 3,5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão sem Glúten, bolo sem glúten, cereal sem glúten, Biscoito Maisena sem glúten, Biscoito de arroz, pão sem glúten, Farinha de arroz p/bolo

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

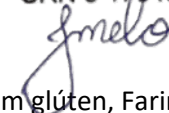
OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043



Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399



REFEIÇÃO	HORA	TURMA/DIA	SEGUNDA-FEIRA 28.09.2026	TERÇA-FEIRA 29.09.2026	QUARTA-FEIRA 30.09.2026
CAFÉ DA MANHÃ	08:00 a 08:20	Creche I	Mingau: Alho e ovo	Mingau: Maça e aveia	Banana amassada
		Creche II e III	Pão dog, manteiga Leite e café	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Pão francês, manteiga Leite e café
	08:25 a 08:45	Pré I e II	Pão dog, manteiga Leite e café	Pão francês, requeijão Leite e cacau	Pão francês, manteiga Leite e café
COLAÇÃO	09:45	Creche I	Mamão	Banana maçã	Maça Argentina
		Creche II, III	Mamão	Banana nanica	Maça Fugi
ALMOÇO	11:00	Creche I	Papa: Arroz, caldo feijão Frango desfiado, tomate Batata e cenoura	Papa: Arroz, caldo feijão Pernil, mandioca couve,	Papa: Arroz, caldo feijão Patinho desfiado, Inhamé brócolis, beterraba,
		Creche II e III	Arroz, feijão, frango, batata, abobrinha Salada: Alface e tomate	Arroz, feijão, virado de pernil, cenoura e repolho salada: Couve	Arroz, feijão, patinho isca batata doce, tomate Salada: chuchu
	11:25 a	Pré I e II	Arroz, feijão, frango, batata, abobrinha Salada: Alface e tomate Laranja	Arroz, feijão, virado de pernil, cenoura e repolho salada: Couve Melão	Arroz, feijão, patinho isca batata doce, tomate Salada: chuchu Banana
COLAÇÃO	13:45	Creche I	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta	Mamadeira ou fruta
		Creche II, III e Pré	Laranja	Melão	Banana
JANTAR	15:30	Creche I	Papa: Arroz, caldo feijão Frango desfiado Couve-flor, cenoura	Papa: macarrão, caldo feijão, carne moída abóbora e brócolis	Papa: Arroz, caldo feijão frango desfiado, tomate, batata, couve
	16:00	Creche II e III Pré I e II	Arroz com frango, tomate ervilha seca, milho, cenoura	Macarrão, Patinho iscas e extrato tomate	Bolo chocolate e aveia Suco de acerola



Comp. Nutricional média de 06 meses a 5 anos: Kcal = 945, CHO= 145g, PT=26, LIP= 29g, Ferro= 3,5mg, Cálcio= 270mg, Vit. A= 250mg, Vit. C= 22mg

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL PARA AS CRIANÇAS ALÉRGICAS E INTOLERANTES

APLV : Bebida Vegetal de arroz, de coco, de amêndoas ou soja.

AVEIA: Excluir os alimentos que no rótulo do produto contém aveia, e a própria aveia.

BANANA: Substituir por melão, mamão, maçã, manga e outras

CENOURA: Excluir os alimentos que no seu rótulo contém cenoura (ensopados, refogados, saladas, sucos, bolos e cremes)

GLÚTEN: Substituir por macarrão sem Glúten, bolo sem glúten, cereal sem glúten, Biscoito Maisena sem glúten, Biscoito de arroz, pão sem glúten, Farinha de arroz p/bolo

LACTOSE: Leite de vaca sem lactose;

OVO: Excluir os alimentos que no rótulo contém ovo. (Macarrão sem ovos, bolo sem ovos, biscoito sem ovos, pão sem ovos) e o próprio ovo.

SOJA: Excluir os alimentos que na seu rótulo contém soja ou mesmo vestígios de soja. (Óleo de soja é isento de proteína e carboidrato, pode ser utilizado)

TOMATE: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém tomate (ensopados, refogados, saladas, molhos e extratos) e o próprio tomate.

CORANTES: Excluir todos os alimentos que no seu rótulo contém corantes artificiais e industrializados.

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399

- Nas preparações, diariamente deverá utilizar alho, cebola, cheiro verde e outros temperos, tais como: Louro, orégano, colorau etc;
- A introdução alimentar é lenta e a partir de 6 meses de vida;
- Respeitar a idade, a capacidade estomacal e o desenvolvimento físico da criança;
- Até o 6º mês - Leite materno exclusivo ou fórmula, sem chá, suco ou papas;
- A partir do 6º mês - 100 a 150ml - Introduzir frutas raspadas e 1ª papa principal, sem sal, peneirada ou bem passada (ovo cozido, peixe, etc);
- Papas não devem ser liquidificadas ou batidas em mix;
- Do 7º ao 8º mês - 150 a 200ml -Introduzir a 2ª papa principal amassada grosseiramente;
- Do 9º ao 11º mês – 200 a 250ml Ajustar grosseiramente a consistência da refeição da família;
- A partir do 12º mês – 250ml - A criança passa a alimentar-se sozinha, porém... monitorada;
- Até 12 meses os alimentos devem ser sem sal e sem açúcar;
- Aos 12 meses pode-se ofertar pão para as crianças em pedaços bem pequenos e monitorar para evitar engasgos;
- Até 2 anos - 300 a 350ml - não devem consumir açúcar;
- À partir de 2 anos limitar o consumo de sal e açúcar;
- Estimular os alunos a experimentar todos os alimentos;
- A partir de 11 meses a criança deverá aprender a comer sozinha;
- Servir os alimentos com uma porção média, podendo repetir com uma menor;
- Na introdução alimentar, crianças devem aprender a diferenciar sabores.
- Ofertar diferentes alimentos e texturas;
- Crianças alérgicas, intolerantes, diabéticas, atípicas e seletivas deverão ter um tratamento alimentar conforme o caso;
- Na seletividade alimentar, o cardápio é prioritário, caso não aceite, ofertar outras opções;
- Crianças da Igreja Adventista do 7º dia, substituir a carne de porco por frango/boi/ovo;
- No mingau de aveia, não adicionar açúcar. Usar maçã ou banana que já são doces;
- A FRITURA é proibida na alimentação escolar;
- Todas as frutas devem ser higienizadas, inclusive a banana e a laranja;
- Feijão, arroz, carnes e legumes deverão ser preparados e cozidos no dia de servir;
- Crianças até 2 anos devem evitar sucos, ofertar a fruta in natura;
- Para as crianças menores de 1 ano, usar tomate e colorau e evitar o extrato de tomate;
- Sobras de alimentos não poderão ser utilizados nas refeições do dia seguinte;
- Feijão deverá ser deixado de molho no dia anterior ao cozimento;
- Carnes devem ser descongeladas. Passar do freezer para a câmara fria 1 dia antes do cozimento;
- Diariamente servir no almoço: Arroz, feijão, 1 carne/ovo, 2 legumes, 2 verduras e 1 fruta
- O tempo de cozimento do ovo é de 12 minutos após a fervura;
- Enriquecer a farofa com ovo cozido ou fígado de galinha, 2 vegetais e temperos;
- A margarina é proibida às crianças menores de 4 anos;
- Conforme a Legislação do PNAE o cardápio não poderá ser alterado sem a autorização da nutricionista;

Júlio Melo
Nutricionista
CRN 8 17043

Maria das Graças de Souza
Nutricionista
CRN 14399