



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO JOSÉ DOS QUATRO MARCOS SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES – SJQM/MT PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO – CRECHE (CENTRO EDUCACIONAL INFANTIL) MOD/ALIDADE DE ENSINO – BÁSICO ZONA (Urbana) FAIXA ETÁRIA (01 – 05 anos) PERÍODO (Integral)					
Necessidades Alimentares Especiais (Se for o caso)					
Maio e Junho 2026 1º e 3º Semana					
	SEGUNDA – FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA – FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ 07:30 min.	- PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO - LEITE MORNO COM CACAU	- PÃO BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO - CHÁ MATE	- PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO - LEITE MORNO COM CACAU	- PÃO DE QUEIJO - CHÁ MATE	- PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO - LEITE MORNO COM CACAU
DESCRIÇÃO	Pão francês, requeijão cremoso, leite UHT integral, cacau em pó solúvel, açúcar.	Pão tipo bisnaguinha, requeijão cremoso, erva mate, açúcar.	Pão francês, requeijão cremoso, leite UHT integral, cacau em pó solúvel, açúcar.	Pão de queijo assado, erva mate, açúcar.	Pão tipo francês, requeijão cremoso, leite UHT integral, cacau em pó solúvel, açúcar cristal.
ALMOÇO 10:30 min.	- SALADA DE REPOLHO COM CENOURA - MACARRÃO COM CARNE MOÍDA PURÊ DE BATATAS -FEIJÃO CARIOCA - FRUTA (QUE ESTIVER NA DISPENSA)	- SALADA DE ALFACE E TOMATE - CARNE COM MANDIOCA -ARROZ BRANCO - GRÃO DE BICO - MAMÃO	- SALADA DE COUVE E REPOLHO - CARNE SUÍNA LOMBO - ARROZ BRANCO - FEIJÃO PRETO - LARANJA	- SALADA DE ABOBRINHA E CENOURA - FILÉ DE PEIXE ASSADO - ARROZ BRANCO - FEIJÃO CARIOCA BANANA	- SALADA DE ALFACE E TOMATE - GALINHADA - BANANA DA TERRA ASSADA - FEIJÃO PRETO - MELANCIA



ESTADO DE MATO GROSSO
PREFEITURA MUNICIPAL
SÃO JOSÉ DOS QUATRO MARCOS



DESCRIÇÃO	Repolho cru, cenoura crua, macarrão parafuso, carne bovina moída patinho, alho, cebola, cebolinha, sal, colorau, batata inglesa, leite UHT, creme de leite, manteiga, molho de tomate, feijão carioca, limão, fruta.	Alface, tomate cru, carne bovina coxão duro, mandioca, alho, cebola, sal, colorau cheiro verde, arroz, grão de bico, limão, mamão.	Couve manteiga, repolho cru, carne suína lombo, alho, cebola, sal, arroz, feijão preto, limão, laranja.	Abobrinha crua, cenoura crua, filé de peixe, arroz, feijão carioca, sal, alho, cebola, limão, banana.	Alface, tomate cru, sobrecoxa de frango, cenoura, milho, sal, alho, cebola, cheiro verde, arroz, banana da terra, feijão preto, limão, melancia.
LANCHE DA TARDE 13:30 min.	- PÃO BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO - SUCO DE MARACUJÁ	- PÃO FRANCÊS COM CARNE - SUCO DE ABACAXI	- PÃO DE QUEIJO - SUCO DE ACEROLA	- PÃO FRANCÊS COM FRANGO - CHÁ MATE	- PÃO DE QUEIJO - LEITE GELADO
DESCRIÇÃO	Pão tipo bisnaguinha, queijo mussarela, polpa de maracujá congelada, açúcar.	Pão francês, carne patinho moída, sal, cebola, alho, cheiro verde, colorau, polpa de abacaxi congelada, açúcar.	Pão de queijo assado, polpa de fruta, açúcar.	Pão francês, filé de frango, sal, cebola, alho, cheiro verde, colorau, polpa de abacaxi congelada, açúcar.	Pão de queijo assado, leite, cacau em pó.
JANTAR 15:30 min.	- VINAGRETE - CREME DE FRANGO - ARROZ BRANCO - MAÇÃ	- SALADA DE COUVE TOMATE - GALINHADA - BANANA DA TERRA ASSADA - FEIJÃO PRETO - MELÃO	- SALADA REPOLHO E ALFACE - ISCAS DE CARNE - ARROZ BRANCO - GRÃO DE BICO - MAMÃO	- MACARRÃO COM ALMONDEGAS - LENTILHA - BANANA	- SALADA DE ALFACE E TOMATE - CARNE SUÍNA ARROZ BRANCO - PURÊ DE BATATA COM ABOBORA MELÃO
DESCRIÇÃO	Tomate, cebola, alho, creme de leite, filé de peito de frango, cheiro verde, sal, colorau, açafrão, arroz, óleo de soja, maçã, vinagre.	Couve manteiga, tomate cru, sobrecoxa de frango, cenoura, milho, sal, alho, cebola, cheiro verde, arroz, banana da terra, feijão preto, limão, melão.	Repolho, alface, carne bovina coxão mole, alho, cebola, sal, óleo de soja, arroz, grão de bico, limão, mamão.	Macarrão conchinha, carne bovina patinho, cebola, alho, sal, açafrão, colorau, cheiro verde, molho de tomate, lentilha, banana.	Alface, tomate cru, carne suína lombo, sal, alho, cebola, óleo de soja, arroz, batata inglesa, manteiga, creme de leite, leite UHT, abóbora, melão.





Observação: O cardápio poderá sofrer alterações, caso seja necessário, considerando a disponibilidade de frutas, verduras e legumes, conforme as entregas

Composição Nutricional (Média Semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
	708,62	55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	PRÉ I 708,6	g 96	g 32	g 23	198,4	57	225	3,6
	PRÉ II 946,5	g 127,7	g 42,6	g 30,5	265	76	300	4,4
		% 54	% 18	% 29				
 Documento assinado digitalmente ELISABETE NATALIA MORAIS FERNANDE Data : 11/05/2026 12:05:03 CPF:***.***-794-85 ELISABETE NATALIA MORAIS FERNANDES CRN1 18-170								

dos alimentos ofertados pela Agricultura Familiar.





SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE SÃO JOSÉ DOS QUATRO MARCOS SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO CULTURA E ESPORTES – SJQM/MT PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE					
CARDÁPIO – CRECHE (CENTRO EDUCACIONAL INFANTIL) MODALIDADE DE ENSINO – BÁSICO ZONA (<i>Urbana</i>) FAIXA ETÁRIA (01 – 05 <i>anos</i>) PERÍODO (<i>Integral</i>)					
Necessidades Alimentares Especiais (<i>Se for o caso</i>)					
Maio e Junho 2026 2º e 4º Semana					
	SEGUNDA – FEIRA	TERÇA – FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA – FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ 07:30 min.	- MINI PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO - LEITE MORNO COM CACAU	- PÃO DE QUEIJO ASSADO - CHÁ MATE	- MINI PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO - LEITE MORNO COM CACAU	- PÃO BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO - CHÁ MATE	- MINI PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO - LEITE MORNO COM CACAU
DESCRIÇÃO	Pão francês, requeijão cremoso, leite UHT integral, cacau em pó solúvel, açúcar.	Pão de queijo pronto , erva mate, açúcar.	Pão francês, requeijão cremoso, leite UHT integral, cacau em pó solúvel, açúcar.	Pão bisnaguinha, requeijão cremoso, erva doce, açúcar.	Pão francês, requeijão cremoso, leite UHT integral, cacau em pó solúvel.
ALMOÇO 10:30 min.	- SALADA DE ALFACE COM TOMATE - MACARRÃO DE FORNO - FEIJÃO CARIOCA - FRUTA (QUE ESTIVER NA DISPENSA)	- SALADA DE REPOLHO - CARNE LOMBO SUÍNO - ARROZ - FEIJÃO PRETO - MAMÃO	- VINAGRETE - CREME DE FRANGO - ARROZ BRANCO - FEIJÃO CARIOCA - LARANJA	- SALADA COUVE REPOLHO - CARNE COM LEGUMES - ARROZ - LENTILHA - BANANA	- SALADA DE ALFACE E TOMATE - ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA - ARROZ - FEIJÃO PRETO - MELANCIA
DESCRIÇÃO	Alface, tomate, macarrão para lasanha, carne bovina patinho moída, extrato de tomate,	Repolho, tomate, carne suína, sal, alho, cebola, óleo de soja, arroz, feijão preto, mamão, limão.	Tomate, cebola, cheiro verde, filé de peito de frango, alho, cebola, sal, óleo de soja creme	Couve, repolho, carne bovina coxão duro, alho, cebola, sal, óleo de soja abobora, cenoura, chuchu, cheiro	Alface, tomate, cebola, alho, creme de leite, carne bovina patinho moída, cheiro verde, sal, colorau, açafrão, arroz,



ESTADO DE MATO GROSSO
PREFEITURA MUNICIPAL
SÃO JOSÉ DOS QUATRO MARCOS



	alho, cebola, sal, óleo de soja, feijão carioca, fruta, limão.		de leite, arroz, feijão carioca, laranja, limão.	verde, arroz, lentilha, banana, limão.	mandioca, feijão carioca, queijo muçarela, óleo de soja, limão, melancia.
LANCHE DA TARDE 13:30 min.	- PÃO BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO - SUCO DE MARACUJÁ	- MINI PÃO FRANCÊS COM CARNE MOÍDA - SUCO DE ACEROLA	- PÃO DE QUEIJO ASSADO - SUCO DE MANGA	- MINI PÃO FRANCÊS COM QUEIJO - LEITE GELADO	- PÃO DE QUEIJO ASSADO - SUCO DE ABACAXI
DESCRIÇÃO	Pão tipo bisnaguinha, requeijão cremoso, polpa de maracujá congelada, açúcar.	Mini pão francês, carne moída patinho, cebola, alho, sal, colorau, óleo de soja, cheiro verde.	Pão de queijo pronto, polpa de fruta, açúcar.	Pão francês, queijo mussarela, leite, cacau, açúcar.	Pão de queijo pronto, polpa de abacaxi, açúcar.
JANTAR 15:30 min.	- ALFACE E TOMATE - ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA - ARROZ - FEIJÃO CARIOCA - MAÇÃ	- SALADA DE REPOLHO - FRANGO DESFIADO - PURÊ DE BATATA - ARROZ - FEIJÃO CARIOCA - MELÃO	- SALADA COUVE E TOMATE - CARNE ACEBOLADA - BANANA DA TERRA ASSADA - ARROZ - FEIJÃO PRETO - MAMÃO	-ALFACE PEPINO - FILÉ DE PEIXE - ABOBÓRA REFOGADA - ARROZ - GRÃO DE BICO - BANANA	- SALADA DE REPOLHO E COUVE - SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA - ARROZ - FEIJÃO PRETO - LARANJA
DESCRIÇÃO	Alface, tomate, cebola, alho, creme de leite, carne bovina patinho moída, cheiro verde, sal, colorau, açafrão, arroz, mandioca, feijão carioca, queijo mussarela, óleo de soja, limão, maçã.	Repolho, tomate cru, filé de peito de frango, cenoura, sal, alho, cebola, cheiro verde, batata inglesa, leite, arroz, feijão carioca, limão, melão.	Couve, tomate, carne bovina coxão mole, cebola, alho, sal, óleo de soja, arroz, feijão preto, mamão, banana da terra, limão.	Alface, pepino, filé de peixe, abóbora madura cabutian, alho, cebola, arroz, grão de bico, sal, óleo de soja, banana.	Repolho, couve, sobrecoxa de frango, arroz, alho, cebola, sal, óleo de soja, feijão preto, laranja.





ESTADO DE MATO GROSSO
PREFEITURA MUNICIPAL
SÃO JOSÉ DOS QUATRO MARCOS



Composição Nutricional (Média Semanal)	Energia (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LPD (g)	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
		55% a 65% do VET	10% a 15% do VET	15% a 30% do VET				
	PRÉ I 708,6	g 96	g 32	g 23	198,4	57	ALFACE225	3,6
	PRÉ II 946,5	g 127,7	g 42,6	g 30,5	265	76	300	4,4
		% 54	% 18	% 29				
 Documento assinado digitalmente ELISABETE NATALIA MORAIS FERNANDES Data : 11/05/2026 12:04:30 CPF:***.***.794-85 ELISABETE NATALIA MORAIS FERNANDES CRN1 18-170.								

Observação: O cardápio poderá sofrer alterações, caso seja necessário, considerando a disponibilidade de frutas, verduras e legumes, conforme as entregas dos alimentos ofertados pela Agricultura Familiar.