

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS QUATRO MARCOS – MT
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA – SJQM/MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO MODALIDADE DE ENSINO – CRECHE
FAIXA ETÁRIA 1 - 3 ANOS – PERÍODO INTEGRAL

MAIO/JUNHO E JULHO/2025 – 1ª SEMANA

HORÁRIO DA REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 7:30 H	Mini pão francês com requeijão cremoso Leite morno com cacau em pó 100%	Ovos mexidos Suco de acerola	Pão tipo bisnaguinha Vitamina de abacate	Pão de queijo pronto Suco de abacaxi	Pão tipo bisnaguinha Leite com cacau em pó 100% e canela
REFEIÇÃO PRINCIPAL 10:30 H	Salada de alface e cenoura Carne bovina moída com abobrinha verde Arroz/Feijão	Salada de couve em tiras com tomate em cubinhos Carne suína com batata inglesa Arroz/Feijão Preto Sobremesa: Abacaxi	Salada de pepino e repolho Peito de frango em cubos ao molho Creme de Milho Verde Arroz/Feijão Sobremesa: Pera	Salada de tomate e alface Peixe ensopado com mandioca Arroz Sobremesa: Laranja	Salada de repolho pré-cozido e rúcula Almôndegas de carne bovina Purê de batata doce Arroz/Feijão Sobremesa: Melancia
LANCHE DA TARDE 13:30 H	Pão tipo bisnaguinha Suco de couve com cenoura e laranja	Mini pão francês com requeijão cremoso Leite com cacau em pó 100%	Bolo de aveia, banana e uva passas Suco de abacaxi	Mini pão de hot dog com manteiga Vitamina de banana com aveia em flocos	Bolo de fubá com amido de milho Suco de maracujá
REFEIÇÃO PRINCIPAL 16:00 H	Salada de beterraba e chuchu cozidos Arroz com frango e cheiro verde	Sopa de legumes, macarrão para sopa e carne bovina moída Sobremesa: Banana	Salada de alface e beterraba cozida Carne bovina com chuchu Arroz/Feijão Sobremesa: Melancia	Sopa de feijão, carne bovina picadinha, abóbora e macarrão parafuso Sobremesa: Abacaxi	Salada de ovos cozidos com salsinha Frango de panela ao molho Couve refogada Arroz Sobremesa: Pera
INGREDIENTES	Mini pão francês, requeijão cremoso, leite integral UHT, cacau em pó 100%, alface, cenoura, carne bovina moída patinho, abobrinha verde, cheiro verde, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, limão tahiti, colorau em pó, azeite de oliva, pão tipo bisnaguinha, leite integral UHT, cacau em pó 100%, beterraba, chuchu,	Ovo de galinha, sal refinado, azeite de oliva, polpa de acerola congelada, couve tipo manteiga, tomate, carne suína lombo, batata inglesa, arroz, feijão preto, alho, cebola, sal refinado, óleo de soja, limão, cheiro verde, abacaxi, mini pão francês, queijo tipo muçarela, tomate, requeijão cremoso, polpa de manga congelada, abóbora paulista, mandioca,	Pão tipo bisnaguinha, leite integral UHT, cacau em pó 100%, pepino, repolho branco, filé de peito de frango, milho verde in natura, arroz, feijão carioquinha, extrato de tomate, alho, cebola, sal refinado, vinagre, óleo de soja, cheiro verde, manteiga com sal, amido de milho, pera, Farinha de aveia, banana nanica, uva passas, ovo de	Pão de queijo pronto, polpa congelada de abacaxi, tomate, alface, filé de peixe tambaqui, mandioca, arroz, alho, cebola, sal, cheiro verde, óleo de soja, limão, colorau em pó, azeite de oliva, laranja, mini pão de hot dog, manteiga com sal, leite integral UHT, banana, aveia em flocos, feijão carioquinha, carne bovina coxão duro, abóbora paulista, macarrão parafuso,	Pão tipo bisnaguinha, leite integral UHT, cacau em pó 100%, canela em pó, rúcula, repolho branco, carne bovina moída patinho, batata doce, manteiga com sal, leite integral UHT, cheiro verde, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, limão tahiti, extrato de tomate, azeite de oliva, melancia, fubá de milho, amido de milho, óleo de soja, ovo de

	arroz, filé de peito de frango, cheiro verde, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, extrato de tomate.	macarrão para sopa, carne bovina patinho, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, cheiro verde, banana.	galinha, fermento em pó químico, óleo de soja, polpa de abacaxi, alface, beterraba, carne bovina coxão mole, chuchu, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, vinagre, azeite de oliva, colorau em pó, óleo de soja, cheiro verde, melancia.	alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, extrato de tomate, cheiro verde, abacaxi.	galinha, leite integral UHT, fermento em pó químico, polpa congelada de maracujá, ovo de galinha, salsa, sobrecoxa desossada de frango, couve tipo manteiga, arroz, alho, cebola, sal refinado, óleo de soja, colorau em pó, vinagre, azeite de oliva, cheiro verde, pera.
--	--	---	---	---	--

VALORES NUTRICIONAIS MÉDIA SEMANAL	Energia (kcal)	Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lípídeos (g) 25% a 35% do VET		Carboidratos (g) 55% a 65% do VET		VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1 – 3 Anos: INTEGRAL	708,89	27g	15%	23g	30%	98g	55%	406,85	60,29	221,74	3,10

Observações: 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.

PEFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS QUATRO MARCOS – MT SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA – SJQM/MT PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO MODALIDADE DE ENSINO – CRECHE FAIXA ETÁRIA 1 - 3 ANOS – PERÍODO INTEGRAL					
MAIO/JUNHO E JULHO/2025 – 2ª SEMANA					
HORÁRIO DA REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 7:30 H	Mini pão francês com manteiga Leite morno com cacau em pó 100%	Bolo de aveia, banana e uva passas Suco de maracujá	Pão tipo bisnaguinha Leite aromatizado com canela em pó	Mini pão francês com ovos mexidos Suco de acerola	Mini hot dog com manteiga Leite morno com cacau em pó 100%
REFEIÇÃO PRINCIPAL 10:30 H	Salada de beterraba cozida e repolho pré-cozido Picadinho de carne bovina com batata doce Arroz/Feijão	Salada de alface e pepino Iscas de frango com chuchu e cenoura Arroz/Feijão Sobremesa: Melancia	Salada de couve em tirinhas e tomate Carne suína em cubinhos com banana verde Arroz/Feijão Sobremesa: Abacaxi	Salada de brócolis e cenoura Picadinho de carne bovina ao molho Arroz/Feijão enriquecido com berinjela Sobremesa: Maçã	Salada de alface e tomate Lasanha de frango Arroz
LANCHE DA TARDE 13:30 H	Pão de queijo pronto Suco de abacaxi com hortelã	Mini pão francês com manteiga Leite morno com cacau em pó 100%	Crepioça de banana Suco de acerola	Pão tipo bisnaguinha Leite com aveia em flocos	Salada de frutas (banana, mamão e pera)
REFEIÇÃO PRINCIPAL 16:00 H	Salada de pepino e tomate Carne suína com mandioca Arroz/Feijão	Sopa de abóbora, repolho, carne bovina, macarrão para sopa e feijão	Salada de vagem e beterraba cozidas Risoto de frango	Caldo de mandioca, carne bovina moída e cheiro verde Arroz	Salada de repolho e beterraba Carne bovina em cubos com arroz

		Sobremesa: Maçã		Sobremesa: Melancia		Sobremesa: Mamão		Feijão				
INGREDIENTES	Mini pão francês, manteiga com sal, leite integral UHT, cacau em pó 100%, beterraba, repolho branco, carne bovina coxão duro, batata doce, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, colorau em pó, azeite de oliva, cheiro verde, pão de queijo pronto, polpa de abacaxi congelada, hortelã in natura, pepino, tomate, carne suína lombo, mandioca, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, limão, extrato de tomate, azeite de oliva, cheiro verde.	Farinha de aveia, banana nanica, uva passas, ovo de galinha, fermento em pó químico, óleo de soja, polpa de maracujá congelada, alface, pepino, filé de peito de frango, chuchu, cenoura, arroz, feijão carioquinha, colorau em pó, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, azeite de oliva, cheiro verde, melancia, mini pão francês, manteiga com sal, leite integral UHT, cacau em pó 100%, abóbora paulista, repolho branco, carne bovina coxão mole, macarrão para sopa, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, cheiro verde, vinagre, extrato de tomate, maçã.		Pão tipo bisnaguinha, leite integral UHT, canela em pó, couve tipo manteiga, tomate, carne suína lombo, banana da terra, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, limão, azeite de oliva, cheiro verde, abacaxi in natura, goma de tapioca, ovo de galinha, banana nanica, polpa de acerola congelada, vagem manteiga, beterraba, filé de frango, arroz, extrato de tomate, alho, cebola, sal, óleo de soja, azeite de oliva, cheiro verde, vinagre, melancia.		Mini pão francês, ovo de galinha, azeite de oliva, sal, polpa de acerola congelada, brócolis, cenoura, carne bovina coxão mole, arroz, feijão carioquinha, berinjela, extrato de tomate, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, azeite de oliva, cheiro verde, maçã, pão tipo bisnaguinha, leite integral UHT, aveia em flocos, mandioca, carne bovina moída patinho, cheiro verde, arroz, alho, cebola, sal, óleo de soja, colorau em pó, mamão formosa.		Mini pão hot dog, manteiga com sal, leite integral UHT, cacau em pó 100%, alface, tomate, massa para lasanha, filé de peito de frango, queijo tipo muçarela, extrato de tomate, creme de leite, milho verde em conserva, cheiro verde, arroz, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, azeite de oliva, banana, mamão formosa, pera, repolho branco, beterraba, carne bovina coxão duro, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, colorau em pó, vinagre, azeite de oliva, cheiro verde.				
VALORES NUTRICIONAIS MÉDIA SEMANAL		Energia (kcal)	Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lipídeos (g) 25% a 35% do VET		Carboidratos (g) 55% a 65% do VET		VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1 – 3 Anos: INTEGRAL		708,64	27g	15%	24g	30%	98g	56%	231,33	87,26	199,68	3,55

Observações: 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.

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS QUATRO MARCOS – MT SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA – SJQM/MT PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE					
CARDÁPIO MODALIDADE DE ENSINO – CRECHE FAIXA ETÁRIA 1 - 3 ANOS – PERÍODO INTEGRAL MAIO/JUNHO E JULHO/2025 – 3ª SEMANA					
HORÁRIO DA REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 7:30 H	Mini pão francês com manteiga Leite morno com cacau em pó 100%	Pão de queijo pronto Chá mate com limão	Pão tipo bisnaguinha Leite liquidificado com canela em pó e cacau em pó 100%	Panqueca de banana Suco de manga	Mini pão francês com muçarela Suco de acerola
REFEIÇÃO	Salada de repolho com	Salada de grão-de-bico com	Salada cozida de rúcula e	Salada de Repolho pré-cozido	Salada de couve e beterraba

PRINCIPAL 10:30 H	cenoura Carne bovina moída com chuchu Arroz/Feijão	tomate em cubinhos Carne suína com arroz e cheiro verde Sobremesa: Melancia	tomate Coxa e sobrecoxa de frango assada Polenta de fubá de milho Arroz/Feijão Sobremesa: Abacaxi	Íscas de carne bovina com cenoura Arroz/Feijão Sobremesa: Mamão	Bobó de frango Batata doce grelhada Arroz Sobremesa: Laranja						
LANCHE DA TARDE 13:30 H	Mini pão de hot dog com muçarela Suco de manga	Pão tipo bisnaguinha Vitamina de abacate	Bolo de cenoura simples Suco de uva	Mini pão francês com manteiga Leite gelado liquidificado com cacau em pó 100%	Salada de frutas (maçã, banana e mamão)						
REFEIÇÃO PRINCIPAL 16:00 H	Salada de couve em tirinhas e tomate Iscas de filé de frango com macarrão parafuso ao molho Feijão	Salada de pepino e alface Carne bovina picadinha ao molho Batata doce cozida Arroz/Feijão Sobremesa: Banana	Sopa de abóbora, lentilha, macarrão para sopa e carne bovina moída com cheiro verde Sobremesa: Melancia	Salada de tomate e alface Peixe ao molho com mandioca Arroz Sobremesa: Laranja	Sopa de cenoura, chuchu, macarrão para sopa, carne bovina picadinha e feijão						
INGREDIENTES	Pão francês, manteiga com sal, leite integral UHT, cacau em pó 100%, repolho branco, cenoura, carne bovina moído patinho, chuchu, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, colorau em pó, vinagre, azeite de oliva, cheiro verde, mini pão hot dog, queijo tipo muçarela, polpa de manga congelada, couve tipo manteiga, tomate, filé de peito de frango, macarrão parafuso, extrato de tomate, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, cheiro verde, azeite de oliva.	Pão de queijo pronto, erva mate, limão, grão-de-bico, tomate, carne suína lombo, arroz, cheiro verde, melancia, alho, cebola, sal, óleo de soja, azeite de oliva, limão, pão tipo bisnaguinha, leite integral UHT, cacau em pó 100%, abacate in natura, pepino, alface, carne bovina coxão mole, batata doce, arroz, feijão carioquinha, laranja, alho, cebola, sal, extrato de tomate, óleo de soja, cheiro verde, vinagre, azeite de oliva.	Pão tipo bisnaguinha, leite integral UHT, canela em pó, cacau em pó 100%, rúcula, tomate, coxa e sobrecoxa de frango desossada, fubá de milho, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, azeite de oliva, cheiro verde, abacaxi, farinha de trigo, ovo de galinha, cenoura, óleo de soja, fermento em pó químico, polpa de uva congelada, abóbora cabotian, lentilha, macarrão para sopa, carne bovina moído patinho, cheiro verde, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, melancia.	Ovo de galinha, banana nanica, canela em pó, polpa de manga congelada, repolho branco, carne bovina coxão mole, cenoura, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, cheiro verde, azeite de oliva, colorau em pó, mamão formosa, mini pão francês, manteiga com sal, cacau em pó 100%, leite integral UHT, tomate, alface, filé de peixe tambatinga, mandioca, cheiro verde, extrato de tomate, arroz, alho, cebola, sal, limão, óleo de soja, laranja.	Mini pão francês, queijo tipo muçarela, polpa de acerola congelada, couve tipo manteiga, beterraba, filé de peito de frango, mandioca, extrato de tomate, batata doce, arroz, azeite de oliva, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, cheiro verde, laranja, maçã, banana, mamão formosa, cenoura, chuchu, macarrão para sopa, carne bovina coxão duro, feijão carioquinha, alho, cebola, cheiro verde, sal, óleo de soja, vinagre.						
VALORES NUTRICIONAIS MÉDIA SEMANAL	Energia (kcal)	Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lipídeos (g) 25% a 35% do VET		Carboidratos (g) 55% a 65% do VET		VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1 – 3 Anos: INTEGRAL	709,42	27g	15%	23g	29%	100g	56%	412,67	89,63	203,52	3,39

Observações: 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.

PREFEITURA MUNICIPAL DE SÃO JOSÉ DOS QUATRO MARCOS – MT
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA – SJQM/MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO MODALIDADE DE ENSINO – CRECHE FAIXA ETÁRIA 1 - 3 ANOS – PERÍODO INTEGRAL MAIO/JUNHO E JULHO/2025 – 4ª SEMANA					
HORÁRIO DA REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
LANCHE DA MANHÃ 7:30 H	Mini pão hot dog Leite com cacau em pó 100%	Ovos mexidos com pão biscuitinho Suco de maracujá	Mini pão francês com requeijão cremoso Leite saborizado com cravo e canela em pó	Bolo de banana com farelo de aveia Suco de acerola	Pão tipo biscuitinho Leite com cacau em pó 100%
REFEIÇÃO PRINCIPAL 10:30 H	Salada de repolho e tomate Escondidinho de carne bovina moída ao molho com purê de batata doce Arroz/Feijão	Salada de couve e cenoura Carne bovina em cubos com mandioca e cheiro verde Arroz/Feijão Sobremesa: Abacaxi	Salada de alface e tomate Carne suína em cubinhos com cenoura e vagem Feijão preto Arroz Sobremesa: Laranja	Salada de beterraba cozida Galinhada com cenoura ralada e cheiro verde Feijão Sobremesa: Mamão	Salada cozida de chuchu e cenoura Picadinho de carne bovina com quiabo Arroz/Feijão Sobremesa: Melancia
LANCHE DA TARDE 13:30 H	Pão de queijo pronto Suco de manga	Pão tipo biscuitinho Leite gelado liquidificado com cacau em pó 100%	Salada de frutas (mamão, banana e abacaxi)	Mini pão hot dog Leite gelado liquidificado com cacau em pó 100%	Mini pão francês com ovos mexidos Suco de acerola
REFEIÇÃO PRINCIPAL 16:00 H	Salada de alface e pepino Macarronada com molho de frango desfiado e brócolis Feijão	Salada de acelga e beterraba Picadinho de carne bovina com abóbora Arroz/Feijão Sobremesa: Melancia	Sopa de macarrão para sopa, carne bovina moída, abobrinha verde, batata doce e cheiro verde	Salada de tomate e repolho Carne suína de panela ao molho Purê de batata inglesa Arroz/Feijão Sobremesa: Abacaxi	Sopa de macarrão parafuso, mandioca, abóbora, frango em cubos e cheiro verde Sobremesa: Banana
INGREDIENTES	Mini pão hot dog, leite integral UHT, cacau em pó 100%, repolho branco, tomate, carne bovina moída patinho, batata doce, manteiga com sal, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, azeite de oliva, extrato de tomate, cheiro verde, pão de queijo pronto, polpa de manga congelada, alface, pepino, macarrão parafuso, filé de peito de frango, brócolis, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, extrato de tomate, vinagre, azeite de oliva, cheiro verde.	Ovo de galinha, pão tipo biscuitinho, azeite de oliva, sal, polpa de maracujá congelada, couve manteiga, cenoura, carne bovina coxão duro, mandioca, cheiro verde, arroz, feijão, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, colorau em pó, abacaxi, pão tipo biscuitinho, leite integral UHT, cacau em pó 100%, acelga, beterraba, carne bovina coxão duro, abóbora paulista, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, cheiro verde, azeite de oliva, colorau em pó, melancia.	Mini pão francês, requeijão cremoso, leite integral UHT, cravo da índia, canela em pó, alface, tomate, feijão preto, carne suína lombo, cenoura, vagem, arroz, alho, cebola, sal, óleo de soja, folha de louro, cheiro verde, limão, azeite de oliva, laranja, mamão formosa, banana, abacaxi, macarrão para sopa, carne bovina moída patinho, batata doce, abobrinha verde, cheiro verde, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre.	Banana nanica, farelo de aveia, uva passas, ovo de galinha, fermento em pó químico, óleo de soja, polpa de acerola congelada, beterraba, coxa e sobrecoxa desossada de frango, cenoura, cheiro verde, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, azeite de oliva, mamão formosa, mini pão hot dog, leite integral UHT, cacau em pó 100%, tomate, repolho branco, carne suína lombo, batata inglesa, extrato de tomate, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, óleo de soja, colorau em pó, limão, azeite de oliva, cheiro	Pão tipo biscuitinho, leite integral UHT, cacau em pó 100%, chuchu, cenoura, carne bovina coxão duro, quiabo, arroz, feijão carioquinha, alho, cebola, sal, colorau em pó, óleo de soja, vinagre, azeite de oliva, cheiro verde, melancia, mini pão francês, ovo de galinha, polpa de acerola congelada, macarrão parafuso, mandioca, abóbora cabotian, filé de peito de frango, cheiro verde, alho, cebola, sal, óleo de soja, vinagre, cheiro verde, banana.

								verde, abacaxi.			
VALORES NUTRICIONAIS MÉDIA SEMANAL	Energia (kcal)	Proteína (g) 10% a 15% do VET		Lipídeos (g) 25% a 35% do VET		Carboidratos (g) 55% a 65% do VET		VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
1 – 3 Anos: INTEGRAL	708,71	27g	15%	23g	30%	99g	56%	353,95	89,56	198,26	3,54

Observações: 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.