

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

CARDÁPIO MODALIDADE DE ENSINO – CRECHE
FAIXA ETÁRIA 7 - 11 MESES – PERÍODO INTEGRAL

MAIO/JUNHO E JULHO/2024 – 1ª SEMANA

HORÁRIO DA REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ENTRADA 7:00 H	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
LANCHE DA MANHÃ 9:00 H	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
REFEIÇÃO PRINCIPAL 10:30 H	Papa de carne bovina, abobrinha, arroz, feijão e cenoura	Papa de filé de frango desfiado, batata doce, arroz, feijão	Papa de carne suína desfiada, mandioca, beterraba e feijão	Papa de carne bovina, macarrão, feijão, cenoura e vagem	Papa de filé de frango, mandioca, feijão preto e repolho cozido
LANCHE DA TARDE 12:30 H	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
REFEIÇÃO PRINCIPAL 15:30 H	Sopa de legumes com carne bovina, feijão e macarrão conchinha	Papa de carne bovina moída com polenta de fubá, cenoura e repolho cozido	Papa de filé de frango ao molho, arroz, cenoura e feijão	Papa de ovo cozido, abobrinha, arroz, feijão e couve refogada	Sopa de abóbora, feijão, macarrão e carne bovina desfiada com cheiro verde
INGREDIENTES	Fórmula infantil, banana, carne bovina moída, abobrinha verde, arroz, feijão carioca, cenoura, alho, óleo de soja, cebola, cheiro verde, vinagre, melancia, macarrão conchinha, colorau em pó, batata doce, mandioca.	Fórmula infantil, melão amarelo, filé de peito de frango, batata doce, arroz, feijão cariocinha, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde, banana maçã, carne bovina moída, fubá de milho, cenoura, repolho branco.	Fórmula infantil, laranja pera, carne suína lombo, mandioca, beterraba, feijão cariocinha, mamão formosa, filé de peito de frango, arroz, cenoura, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.	Fórmula infantil, melancia, carne bovina moída, macarrão conchinha, feijão cariocinha, cenoura, vagem, melão amarelo, ovo de galinha, abobrinha verde, arroz, couve tipo manteiga, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.	Fórmula infantil, melão amarelo, filé de peito de frango, mandioca, feijão preto, repolho branco, melancia, abóbora madura, macarrão conchinha, feijão cariocinha, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.

VALORES NUTRICIONAIS	Energia (kcal)	Proteína (g) 10% a 15% do VET	Lípidios (g) 25% a 35% do VET	Carboidratos (g) 55% a 65% do VET	Vit. A (mcg)	Vit. C (mg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)		
MÉDIA SEMANAL										
7- 11 MESES - INTEGRAL	458,05	18g	16g	31g	63g	55%	363,26	37,79	240,66	2,00

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. Todas as preparações deverão ser cozidas e sempre oferecer em forma de papas (amassadas com garfo). As frutas deverão ser ofertadas amassadinhas ou raspadinhas.


Kátia A. E. S. Rodrigues
Nutricionista CRN nº 1.780/1ª Região
RT PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
SEC. EDUCAÇÃO

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

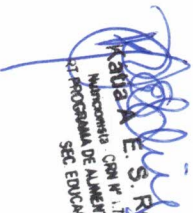
CARDÁPIO MODALIDADE DE ENSINO – CRECHE
FAIXA ETÁRIA 7 - 11 MESES – PERÍODO INTEGRAL

MAIO/JUNHO E JULHO/2024 – 2ª SEMANA

HORÁRIO DA REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ENTRADA 7:00 H	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
LANCHE DA MANHÃ 9:00 H	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
REFEIÇÃO PRINCIPAL 10:30 H	Papa de carne bovina moída, abóbora, arroz, feijão, repolho cozido	Papa de filé de frango, cenoura, arroz, feijão preto, couve refogada	Papa de carne suína desfiada, polenta, feijão, beterraba cozida	Papa filé de frango, mandioca, cenoura, arroz, feijão	Papa de carne bovina moída, vagem, repolho cozido, arroz, feijão
LANCHE DA TARDE 12:30 H	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
REFEIÇÃO PRINCIPAL 15:30 H	Papa de carne suína desfiada, batata doce, couve refogada, arroz	Papa de mandioca, carne bovina moída, arroz, beterraba cozida	Papa de filé de frango, arroz, feijão, repolho cozido e abóbora	Papa de macarrão parafuso, carne bovina moída, vagem, abobrinha verde.	Papa de filé de frango, arroz, feijão, beterraba e couve refogada
INGREDIENTES	Fórmula infantil, banana nanica, carne suína lombo, abóbora madura, arroz, feijão cariquinho, repolho branco, alho, óleo de soja, cebola, cheiro verde, vinagre, maçã, colorau em pó, batata doce, couve tipo manteiga.	Fórmula infantil, maçã, filé de frango, cenoura, arroz, feijão preto, couve tipo manteiga, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde, melão amarelo, carne bovina moída, mandioca, beterraba.	Fórmula infantil, banana maçã, carne suína lombo, tubá de milho, beterraba, feijão cariquinho, melancia, filé de frango, arroz, repolho branco, abóbora madura, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.	Fórmula infantil, melancia, filé de peito de frango, mandioca, cenoura, arroz, feijão cariquinho, ,maçã, macarrão parafuso, carne bovina moída, abobrinha verde, vagem, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.	Fórmula infantil, melão amarelo, carne bovina moída,, repolho branco, vagem, feijão cariquinho, arroz, mamão formosa, filé de peito de frango, beterraba, couve tipo manteiga, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.

VALORES NUTRICIONAIS		Proteína (g)		Lípidos (g)		Carboidratos (g)		VIT. A	VIT. C	Cálcio	Ferro
MÉDIA SEMANAL	Energia (kcal)	10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	55% a 65% do VET	(mcg)	(mg)	(mg)				(mg)
7 A 11 MESES: INTEGRAL	464,23	18g	16g	15g	30g	65g	56g	300,01	32,16	251,68	1,75

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. Todas as preparações deverão ser cozidas e sempre oferecer em forma de papas (amassadas com garfo). As frutas deverão ser ofertadas amassadinhas ou raspadinhas.


Kátia A. E. S. Rodrigues
Nutricionista CRN Nº 1.780/1ª Região
PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
SEC. EDUCAÇÃO

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

CARDÁPIO MODALIDADE DE ENSINO – CRECHE
FAIXA ETÁRIA 7 - 11 MESES – PERÍODO INTEGRAL

MAIO/JUNHO E JULHO/2024 – 3ª SEMANA

HORÁRIO DA REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
ENTRADA 7:00 H	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil
LANCHE DA MANHÃ 9:00 H	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
REFEIÇÃO PRINCIPAL 10:30 H	Papa de carne bovina moida com mandioca, arroz, feijão, cenoura e repolho	Papa de ovo cozido, arroz, feijão, berinjela e batata doce	Papa de filé de frango, arroz, feijão, beterraba e acelga cozidas	Papa de carne bovina, banana da terra, arroz, feijão	Papa de carne suína picadinha, feijão preto, vagem, beterraba, arroz
LANCHE DA TARDE 12:30 H	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta
REFEIÇÃO PRINCIPAL 15:30 H	Sopa de frango, macarrão conchinha, feijão preto e legumes	Papa de carne bovina moida, arroz, abóbora, repolho cozido	Papa de carne bovina moida, vagem, arroz, feijão e cenoura	Sopa de lentilha, carne bovina, cenoura, macarrão conchinha	Papa de filé de frango, batata doce, arroz, repolho e cenoura
INGREDIENTES	Fórmula infantil, banana maçã, carne bovina moida, mandioca, arroz, feijão cariquinho, cenoura, repolho branco, laranja pera, filé de peito de frango, macarrão conchinha, feijão preto, batata doce, beterraba, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.	Fórmula infantil, banana nanica, ovo de galinha, arroz, feijão cariquinho, berinjela, batata doce, mamão formosa, carne bovina moida, abóbora madura, repolho branco, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde	Fórmula infantil, mamão formosa, filé de peito de frango, arroz, feijão cariquinho, beterraba, acelga, melancia, carne bovina moida, vagem, cenoura, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.	Fórmula infantil, melancia, carne bovina moida, banana da terra, arroz, feijão cariquinho, maçã, lentilha ou feijão, carne bovina moida, cenoura, macarrão conchinha, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.	Fórmula infantil, laranja pera, carne suína picadinha, feijão preto, vagem, beterraba, arroz, melancia, filé de peito de frango, batata doce, repolho branco, cenoura, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.

VALORES NUTRICIONAIS	Energia (kcal)	Proteína (g)	Lipídeos (g)	Carboidratos (g)	VIT. A (mcg)	VIT. C (mg)	Cálcio (mg)	Ferro (mg)
MÉDIA SEMANAL		10% a 15% do VET	25% a 35% do VET	55% a 65% do VET				
7 A 11 MESES: INTEGRAL	451,06	18g	16g	62g	337,09	48,81	249,75	1,79

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. Todas as preparações deverão ser cozidas e sempre oferecer em forma de papas (amassadas com garfo). As frutas deverão ser ofertadas amassadinhas ou raspadinhas.


Kátia A. E. S. Rodrigues
Nutricionista CRN nº 1.780/1ª Região
RT PROGRAMA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
SEC. EDUCAÇÃO

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

CARDÁPIO MODALIDADE DE ENSINO – CRECHE
FAIXA ETÁRIA 7 - 11 MESES – PERÍODO INTEGRAL

MAIO/JUNHO E JULHO/2024 – 4ª SEMANA

HORÁRIO DA REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA			
ENTRADA 7:00 H	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil	Fórmula infantil			
LANCHE DA MANHÃ 9:00 H	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta			
REFEIÇÃO PRINCIPAL 10:30 H	Papa de carne bovina moída, batata doce, arroz, feijão, repolho cozido	Papa de carne suína picadinha, mandioca, feijão, couve refogada	Papa de filé de frango, cenoura, feijão preto, arroz.	Papa de carne bovina moída, macarrão parafuso, vagem, feijão, berinjela e repolho refogado	Papa de filé de frango, abóbora, arroz, feijão.			
LANCHE DA TARDE 12:30 H	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta	Fruta			
REFEIÇÃO PRINCIPAL 15:30 H	Papa de filé de frango, macarrão parafuso, acelga e cenoura cozidas	Papa de carne bovina, abóbora, arroz, feijão	Papa de carne bovina moída, mandioca, repolho e cenoura cozidos	Papa de ovo cozido, abobrinha verde, batata inglesa, feijão, beterraba cozida	Sopa de carne bovina moída, vagem, macarrão conchinha, cenoura.			
INGREDIENTES	Fórmula infantil, banana maçã, carne bovina moída, batata doce, arroz, feijão carioquinha, repolho branco, laranja pera, filé de peito de frango, macarrão parafuso, acelga, cenoura, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.	Fórmula infantil, laranja pera, carne suína lombo, mandioca, feijão carioquinha, couve tipo manteiga, melancia, carne bovina moída, abóbora madura, arroz, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.	Fórmula infantil, mamão formosa, filé de peito de frango, cenoura, feijão preto, arroz, melão amarelo, carne bovina moída, mandioca, repolho branco, cenoura, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.	Fórmula infantil, melancia, carne bovina moída, macarrão parafuso, vagem, feijão carioquinha, berinjela, repolho branco, mamão formosa, ovo de galinha, abobrinha verde, batata inglesa, beterraba, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, cheiro verde.	Fórmula infantil, melão amarelo, filé de peito de frango, abóbora madura, arroz, feijão, laranja pera, carne bovina moída, vagem, macarrão conchinha, cenoura, alho, cebola, óleo de soja, colorau em pó, 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)
7 A 11 MESES: INTEGRAL	475,87	18g16%	16g31%	65g55%	318,57	65,16	275,54	1,83

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. Todas as preparações deverão ser cozidas e sempre oferecer em forma de papas (amassadas com garfo). As frutas deverão ser ofertadas amassadinhas ou raspadinhas.


Kátia A. E. S. Rodrigues
Nutricionista, CRN nº 1.780/1ª REGIÃO
RT PROPOSTA DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR
SEC. EDUCAÇÃO