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 (*Urbana)*
FAIXA ETÁRIA (01 – 05 *anos*)
PERÍODO (*Integral)*

Necessidades Alimentares Especiais (*Se for o caso*)

Fevereiro/Março/Abril 2026 2° e 4° Semana

| | SEGUNDA – FEIRA | TERÇA - FEIRA | QUARTA - FEIRA | QUINTA - FEIRA | SEXTA – FEIRA |
|---|---|---|---|---|---|
| CAFÉ DA MANHÃ 07:30 min. | - PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO<br>- LEITE MORNO COM CACAU | - BOLO DE CENOURA<br>- CHÁ MATE | - PÃO DE QUEIJO ASSADO<br>- LEITE MORNO COM CACAU | - BOLO DE AVEIA COM CACAU<br>- CHÁ MATE | - PÃO PARA DE CACHORRO QUENTE COM REQUEIJÃO<br>- LEITE MORNO COM CACAU |
| DESCRIÇÃO | Pão francês, requeijão cremoso, leite UHT integral, cacau em pó solúvel. | Açúcar cristal, ovos, óleo de soja, cenoura crua, farinha de trigo, fermento químico, erva mate. | Pão de queijo pronto, leite UHT integral, cacau em pó solúvel, açúcar cristal. | Açúcar, ovos, óleo de soja, aveia em flocos, cacau em pó solúvel, fermento químico, erva doce. | Pão para cachorro quente, requeijão cremoso, leite UHT integral, cacau em pó solúvel, açúcar cristal. |
| | | | | | |
| ALMOÇO 10:30 min. | - SALADA DE ALFACE COM TOMATE<br>- MACARRÃO DE FORNO<br>-FEIJÃO CARIODA<br>- FRUTA ( QUE ESTIVER NA DISPENSA) | - SALADA DE REPOLHO<br>- CARNE LOMBO SUÍNO<br>- ARROZ<br>- FEIJÃO PRETO<br>- MAMÃO | - VINAGRETE<br>- CREME DE FRANGO<br>- ARROZ BRANCO<br>- FEIJÃO CARIOCA<br>- LARANJA | - SALADA COUVE REPOLHO<br>- CARNE COM LEGUMES<br>- ARROZ<br>- LENTILHA<br>- BANANA | - SALADA DE ALFACE E TOMATE<br>- ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA<br>- ARROZ<br>- FEIJÃO PRETO - MELANCIA |

Elisabete N. M. Fernandes – Nutricionista RT/CRN 1.8170/1ª Região

| | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|
| DESCRIÇÃO | Alface, tomate, macarrão para lasanha, carne bovina patinho moída, extrato de tomate, alho, cebola, sal, óleo de soja, feijão carioca, fruta, limão. | 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 de leite, arroz, feijão carioca, laranja, limão. | Couve, repolho, carne bovina coxão duro, alho, cebola, sal, óleo de soja abobora, cenoura, chuchu, cheiro verde, arroz, lentilha, banana, limão. | Alface, tomate, cebola, alho, creme de leite, carne bovina patinho moída, cheiro verde, sal, colorau, açafrão, arroz, mandioca, feijão carioca, queijo muçarela, óleo de soja, limão, melancia. |

| 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 | 225 | 3,6 |
| | PRÉ II 946,5 | g 127,7 | g 42,6 | g 30,5 | 265 | 76 | 300 | 4,4 |
| | | % 54 | % 18 | % 29 | | | | |

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

**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.

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** (*Urbana)*
**FAIXA ETÁRIA** (01 – 03 *anos), (3 – 4 anos*)
**PERÍODO** (*Integral)*

**Necessidades Alimentares Especiais** (*Se for o caso*)

Fevereiro/Março/Abril 2026 2° e 4° Semana

| | SEGUNDA - FEIRA | TERÇA - FEIRA | QUARTA - FEIRA | QUINTA - FEIRA | SEXTA – FEIRA |
|---|---|---|---|---|---|
| CAFÉ DA MANHÃ 13:30 min. | - PÃO DE QUEIJO<br>- SUCO DE MARACUJÁ | - PÃO BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO<br>- LEITE GELADO COM CACAU | - BOLO DE FUBÁ<br>CHÁ MATE | - PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO<br>- SUCO DE ABACAXI | - BOLO DE AVEIA E CACAU<br>- CHÁ MATE |
| | Pão de queijo pronto, polpa de maracujá congelada, açúcar. | Pão tipo bisnaguinha, requeijão cremoso, leite UHT, cacau em pó solúvel e açúcar. | Ovos, açúcar, óleo de soja, fubá de milho, farinha de trigo, fermento químico, leite UHT, erva mate. | Pão francês, requeijão cremoso, polpa de abacaxi congelada, açúcar. | Açúcar, ovos, óleo de soja, aveia em flocos, cacau em pó solúvel, fermento químico, erva mate. |
| | | | | | |
| ALMOÇO 16:00 min. | - ALFACE E TOMATE<br>- ESCONDIDINHO DE CARNE MOÍDA<br>- ARROZ<br>- FEIJÃO CARIOCA<br>- MAÇÃ | - SALADA DE REPOLHO<br>- FRANGO DESFIADO<br>- PURÊ DE BATATA<br>- ARROZ<br>- FEIJÃO CARIOCA<br>- MELÃO | - SALADA COUVE E TOMATE<br>- CARNE ACEBOLADA<br>- BANANA DA TERRA ASSADA<br>- ARROZ<br>- FEIJÃO PRETO | -ALFACE PEPINO<br>- FILÉ DE PEIXE<br>- ABOBÓRA REFOGADA<br>- ARROZ<br>- GRÃO DE BICO<br>- BANANA | - SALADA DE REPOLHO E COUVE<br>- SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA<br>- ARROZ<br>- FEIJÃO PRETO |

Elisabete N. M. Fernandes – Nutricionista RT/CRN 1.8170/1ª Região

| | | | - MAMÃO | | - LARANJA |
|---|---|---|---|---|---|
| DESCRIÇÃO | Alface, tomate, cebola, alho, creme de leite, carne bovina patinho moída, cheiro verde, sal, colorau, açafrão, arroz, mandioca, feijão carioca, queijo muçarela, 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. |

| 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 | | | | |

Nome, número do CRN e assinatura do nutricionista.

**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.