



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 2º e 4º 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	- BOLO DE CENOURA - CHÁ MATE	- PÃO DE QUEIJO ASSADO - LEITE MORNO COM CACAU	- BOLO DE AVEIA COM CACAU - CHÁ MATE	- PÃO PARA DE CACHORRO QUENTE COM REQUEIJÃO - 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 - MACARRÃO DE FORNO - FEIJÃO CARIODA - 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



ESTADO DE MATO GROSSO
PREFEITURA MUNICIPAL
SÃO JOSÉ DOS QUATRO MARCOS



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, açafraão, 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 2º e 4º Semana					
	SEGUNDA - FEIRA	TERÇA - FEIRA	QUARTA - FEIRA	QUINTA - FEIRA	SEXTA – FEIRA
CAFÉ DA MANHÃ 13:30 min.	- PÃO DE QUEIJO - SUCO DE MARACUJÁ	- PÃO BISNAGUINHA COM REQUEIJÃO - LEITE GELADO COM CACAU	- BOLO DE FUBÁ CHÁ MATE	- PÃO FRANCÊS COM REQUEIJÃO - SUCO DE ABACAXI	- BOLO DE AVEIA E CACAU - 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 - 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	-ALFACE PEPINO - FILÉ DE PEIXE - ABOBÓRA REFOGADA - ARROZ - GRÃO DE BICO - BANANA	- SALADA DE REPOLHO E COUVE - SOBRECOXA DE FRANGO ASSADA - ARROZ - FEIJÃO PRETO



			- 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.	
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.