*PREFEITURA MUNICIPAL DE FORQUILHINHA*
*SECRETARIA DE EDUCAÇÃO*
*Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE*
*Cardápio para Alimentação Escolar – Educação Infantil- fevereiro de 2023*

## *Idade: 1 a 3 anos*

| | DIA | | Turma | CAFÉ DA MANHÃ | | ALMOÇO | | | | | LANCHE | JANTAR | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | | | | | *Prato principal* | *Acompanhamento* | | *Salada* | *Fruta* | | *Prato principal* | *Acompanhamento* |
| SEMANA 2 | 01/fev | 4ª | B2 e M | Suco do Hulk | Pão de sanduíche com queijo | Coxa assada desfiada | Arroz | Pirão de feijão | Moranga refogada | Frutas | Frutas | Arroz com leite | - |
| | 02/fev | 5ª | B2 e M | Leite | Rosca de polvilho | Carne moída | Arroz e feijão | Polenta | Couve picada | Frutas | Frutas | Minestra de macarrão | Tomate |
| | 03/fev | 6ª | B2 e M | Leite | Bolo de maçã e banana | Iscas refogadas | Arroz e feijão | Macarrão | Couve-flor | Frutas | Frutas | Sopa de aipim e legumes com carne moída | - |
| | - | | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | 06/fev | 2ª | B2 e M | Suco de maçã | Biscoito salgado | Carne moída | Arroz | Aipim | Repolho | Frutas | Frutas | Ovo cozido | Arroz e feijão |
| | 07/fev | 3ª | B2 e M | Leite | Pão caseiro com doce de frutas zero açúcar | Frango ensopado | Arroz e feijão | Purê de batatas | Cenoura ralada | Frutas | Frutas | Lasanha de polenta | Suco de maçã |
| SEMANA 3 | 08/fev | 4ª | B2 e M | Suco de laranja | Pão de cachorro-quente requeijão vegetal | Omelete de forno | Arroz e feijão | Macarrão | Alface | Frutas | Frutas | Cachorro-quente vegano | Suco de laranja |
| | 09/fev | 5ª | B2 e M | Suco da Barbie | Pão caseiro com polpa de maçã | Coxa assada desfiada | Arroz e feijão | Batata doce cozida | Couve picada | Frutas | Frutas | Carne moída | Purê de batatas |
| | 10/fev | 6ª | B2 e M | Leite | Bolo de banana zero açúcar | Carne moída | Arroz e feijão | Polenta | Tomate | Frutas | Frutas | Torta salgada | Suco de laranja |
| | - | | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | 13/fev | 2ª | B2 e M | Leite | Biscoito salgado | Risoto de frango | Batata cozida | - | Moranga refogada | Frutas | Frutas | Minestra de macarrão | Tomate |
| | 14/fev | 3ª | B2 e M | Suco de uva | Bolo de maçã e banana | Iscas refogadas | Arroz | Pirão de feijão | Beterraba cozida | Frutas | Frutas | Arroz com ovo | - |
| SEMANA 4 | 15/fev | 4ª | B2 e M | Suco de laranja | Pão de cachorro-quente com manteiga | Frango ensopado | Arroz e feijão | Purê de aipim | Couve picada | Frutas | Frutas | Macarrão com carne moída | Cenoura ralada |
| | 16/fev | 5ª | B2 e M | Leite | Mingau de banana com aveia | Carne moída | Arroz e feijão | Macarrão | Cenoura cozida | Frutas | Frutas | Torta salgada | Suco de laranja |
| | 17/fev | 6ª | B2 e M | Suco do Hulk | Bolo de banana zero açúcar | Ovo cozido | Arroz e feijão | Aipim | Repolho | Frutas | Frutas | Carreteiro | Couve-flor |
| | - | | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | 20/fev | 2ª | B2 e M | - | RECESSO | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | 21/fev | 3ª | B2 e M | - | RECESSO | - | - | - | - | - | - | - | - |
| SEMANA 5 | 22/fev | 4ª | B2 e M | Suco de uva | Pão de cachorro-quente com doce de frutas zero açúcar | Iscas refogadas | Arroz e feijão | Purê de batatas | Alface | Frutas | Frutas | Cachorro-quente vegano | Suco de laranja |
| | 23/fev | 5ª | B2 e M | Suco da Barbie | Pão caseiro com manteiga | Frango ensopado | Arroz e feijão | Batata doce assada | Tomate | Frutas | Frutas | Sopa de legumes com frango e macarrão cabelo de anjo | - |
| | 24/fev | 6ª | B2 e M | Leite | Mingau de banana com aveia | Carne moída | Arroz e feijão | Macarrão | Cenoura ralada | Frutas | Frutas | Carne moída | Purê de batatas |
| | - | | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - | - |
| | 27/fev | 2ª | B2 e M | Leite | Biscoito salgado | Risoto de frango | Batata cozida | - | Repolho | Frutas | Frutas | Ovo cozido | Minestra |
| | 28/fev | 3ª | B2 e M | Suco de laranja | Bolo de banana zero açúcar | Ovos mexidos | Arroz e feijão | Purê de aipim | Beterraba cozida | Frutas | Frutas | Polenta com leite | Suco de uva |

| *Informação nutricional (média diária)* | Kcal | CHO (g) | PTN (g) | LIP (g) | Fibras (g) | Vit. A (mcg) | Vit. C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Mg (mg) | Zn (mg) |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | 727 | 115 | 27,4 | 18,3 | 11,2 | 1151 | 74,1 | 239 | 3,6 | 109 | 3,4 |

Daniela Hobold
Nutricionista Responsável - CRN10 1578