PREFEITURA MUNICIPAL DE FORQUILHINHA

SECRETARIA DE EDUCAÇÃO

Programa Nacional de Alimentação Escolar - PNAE

Cardápio para Alimentação Escolar – Educação Básica - Outubro de 2023

Idade: 6 a 12 meses

OBS: BEBÊS AMAMENTADOS OU QUE USAM FÓRMULA (Nan®, Nestgeno®, Aptamil®) → ALIMENTOS A PARTIR DE 6 MESES

BEBÊS NÃO-AMAMENTADOS OU QUE USAM LEITE DE VACA → ALIMENTOS A PARTIR DE 4 MESES

	DIA		Turma	CAFÉ DA MANHÃ		ALMOÇO		LANCHE		JANTAR	
SEMANA 1	04/out	4ª	B1	**Frutas**	**Mamadeira**	**Arroz, feijão, coxa assada desfiada e cenoura cozida**		**Frutas**	**Mamadeira**	**Macarrão cabelo de anjo com molho de frango**	
				6 a 7 m: amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo		**6 a 12 m:** amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo	
				8 a 12 m: pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos	
	05/out	5ª	B1	**Frutas**	**Mamadeira**	**Arroz, feijão, carne moída, macarrão e couve refogada**		**Frutas**	**Mamadeira**	**Minestra e ovos mexidos**	
				6 a 7 m: amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo		**6 a 12 m:** amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo	
				8 a 12 m: pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos	
	06/out	6ª	B1	**Frutas**	**Mamadeira**	**Arroz, feijão, iscas refogadas, macarrão e moranga refogada**		**Frutas**	**Mamadeira**	**Sopa de legumes com frango e macarrão cabelo de anjo**	
				6 a 7 m: amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo		**6 a 12 m:** amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo	
				8 a 12 m: pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos	
	09/out	2ª	B1	**Frutas**	**Mamadeira**	**Arroz, aipim, omelete de forno e repolho**		**Frutas**	**Mamadeira**	**Minestra de macarrão e carne moída**	
				6 a 7 m: amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo		**6 a 12 m:** amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo	
				8 a 12 m: pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos	
	10/out	3ª	B1	**Frutas**	**Mamadeira**	**Arroz, feijão, frango ensopado, chuchu e tomate**		**Frutas**	**Mamadeira**	**Canja (frango, batata, arroz e cenoura)**	
				6 a 7 m: amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo		**6 a 12 m:** amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo	
				8 a 12 m: pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos	
SEMANA 2	11/out	4ª	B1	**Frutas**	**Mamadeira**	**Arroz, feijão, macarrão, iscas refogadas com batatas e moranga**		**Frutas**	**Mamadeira**	**Sopa de legumes com frango e macarrão cabelo de anjo**	
				6 a 7 m: amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo		**6 a 12 m:** amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo	
				8 a 12 m: pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos	
	12/out	5ª	B1	-	-	**FERIADO**		-	-	-	
	13/out	6ª	B1	-	-	**RECESSO**		-	-	-	
	16/out	2ª	B1	**Frutas**	**Mamadeira**	**Risoto de frango, batata cozida, chuchu e beterraba**		**Frutas**	**Mamadeira**	**Minestra e ovo cozido**	
				6 a 7 m: amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo		**6 a 12 m:** amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo	
				8 a 12 m: pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos	
	17/out	3ª	B1	**Frutas**	**Mamadeira**	**Arroz, feijão, iscas refogadas, repolho e cenoura**		**Frutas**	**Mamadeira**	**Canja (frango, batata, arroz e cenoura)**	
				6 a 7 m: amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo		**6 a 12 m:** amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo	
				8 a 12 m: pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos	
	18/out	4ª	B1	**Frutas**	**Mamadeira**	**Arroz, feijão, ovos mexidos com espinafre, purê de aipim e couve**		**Frutas**	**Mamadeira**	**Macarrão com carne moída e cenoura cozida**	
				6 a 7 m: amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo		**6 a 12 m:** amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo	
				8 a 12 m: pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos	

SEMANA 3	19/out	5ª	B1	**Frutas**		**Mamadeira**	**Arroz, feijão, coxa assada desfiada, macarrão e couve-flor**		**Frutas**		**Mamadeira**	**Minestra**
				6 a 7 m:	amassada		**6 a 7 m:**	amassar bem com o garfo	**6 a 12 m:**	amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo
				8 a 12 m:	pedacinhos		**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos	**8 a 12 m:**	pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos
	20/out	6ª	B1	**Frutas**		**Mamadeira**	**Arroz, feijão, batata doce assada, frango ensopado e moranga**		**Frutas**		**Mamadeira**	**Carreteiro e cenoura**
				6 a 7 m:	amassada		**6 a 7 m:**	amassar bem com o garfo	**6 a 12 m:**	amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo
				8 a 12 m:	pedacinhos		**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos	**8 a 12 m:**	pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos
	23/out	2ª	B1	**Frutas**		**Mamadeira**	**Arroz, polenta, carne moída, repolho e beterraba**		**Frutas**		**Mamadeira**	**Arroz, feijão e ovo cozido**
				6 a 7 m:	amassada		**6 a 7 m:**	amassar bem com o garfo	**6 a 12 m:**	amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo
				8 a 12 m:	pedacinhos		**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos	**8 a 12 m:**	pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos
	24/out	3ª	B1	**Frutas**		**Mamadeira**	**Arroz, feijão, frango ensopado, cenoura e brócolis**		**Frutas**		**Mamadeira**	**Polenta com molho de frango**
				6 a 7 m:	amassada		**6 a 7 m:**	amassar bem com o garfo	**6 a 12 m:**	amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo
				8 a 12 m:	pedacinhos		**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos	**8 a 12 m:**	pedacinhos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos
SEMANA 4	25/out	4ª	B1	**Frutas**		**Mamadeira**	**Arroz, feijão, aipim, iscas refogadas e tomate**		**Frutas**		**Mamadeira**	**Minestra e cenoura cozida**
				6 a 7 m:	amassada		**6 a 7 m:**	amassar bem com o garfo	**6 a 12 m:**	amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo
				8 a 12 m:	pedacinhos		**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos	**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos
	26/out	5ª	B1	**Frutas**		**Mamadeira**	**Risoto de frango, batata doce assada, chuchu e tomate**		**Frutas**		**Mamadeira**	**Sopa de aipim e legumes com carne moída**
				6 a 7 m:	amassada		**6 a 7 m:**	amassar bem com o garfo	**6 a 12 m:**	amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo
				8 a 12 m:	pedacinhos		**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos	**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos
	27/out	6ª	B1	**Frutas**		**Mamadeira**	**Arroz, feijão, carne moída, macarrão e couve-flor**		**Frutas**		**Mamadeira**	**Purê de batatas com couve e frango ensopado**
				6 a 7 m:	amassada		**6 a 7 m:**	amassar bem com o garfo	**6 a 12 m:**	amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo
				8 a 12 m:	pedacinhos		**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos	**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos
	30/out	2ª	B1	**Frutas**		**Mamadeira**	**Arroz, purê de aipim, ovos mexidos com espinafre e brócolis**		**Frutas**		**Mamadeira**	**Minestra de macarrão e carne moída**
				6 a 7 m:	amassada		**6 a 7 m:**	amassar bem com o garfo	**6 a 12 m:**	amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo
				8 a 12 m:	pedacinhos		**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos	**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos
	31/out	3ª	B1	**Frutas**		**Mamadeira**	**Arroz, feijão, carne moída e tomate**		**Frutas**		**Mamadeira**	**Sopa de legumes com frango e macarrão cabelo de**
				6 a 7 m:	amassada		**6 a 7 m:**	amassar bem com o garfo	**6 a 12 m:**	amassada		**6 a 7 m:** amassar bem com o garfo
				8 a 12 m:	pedacinhos		**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos	**8 a 12 m:**	deixar em pedacinhos pequenos		**8 a 12 m:** deixar em pedacinhos pequenos

IMPORTANTE: as mamadeiras para os bebês com necessidades alimentares especiais (ex: int. à lactose, alergia à proteína do leite de vaca - APLV) devem ser preparadas com fórmulas específicas, de acordo com prescrição individual de médico ou nutricionista.