



**CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA**

FAIXA ETÁRIA 4 a 5 ANOS

( Período integral: Servir o cardápio completo)

**SEGUNDA**

**TERÇA**

**QUARTA**

**QUINTA**

**SEXTA**

**TURNO MATUTINO (Café da manhã, lanche da manhã e almoço)**

**CAFÉ DA MANHÃ**  
06:45 às 07:00

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

**LANCHE DA MANHÃ**  
09:25 às 09:40

Maçã

Banana

Mamão

Laranja

Melancia

**TURNO VESPERTINO (Almoço e lanche da tarde)**

**ALMOÇO**  
11:30 às 12:00

Arroz, feijão, polenta,  
carne moída ao sugo,  
salada de repolho

Arroz, feijão, isca de  
frango, pepinete (pepino  
e tomate)

Arroz, tutu de feijão  
com lingüiça, salada de  
couve

Galinhada, feijão,  
macarrão ao sugo,  
vinagrete

Arroz, feijão, carne de  
panela, salada de  
beterraba

**LANCHE DA TARDE**  
15:30 às 16:00

Pão com carne e suco de  
laranja integral

Banana  
Maçã

Bolo simples e suco de  
laranja integral

Salada de frutas

Torta de frango e suco de  
laranja integral

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução N 06/2020, 20/2020 e 02/2023 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) Sujeito a alterações consciente do nutricionista. (CARDÁPIO OFERTADO PARA UNIDADES ESCOLARES CEMEI: VERA LÚCIA MONTEIRO PRADO, MARIA APARECIDA GUARNIERI E FRANCISCA LUZIA DE AVELAR).

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
		147g	32g	27g
	954,92	62%	13%	26%

Denise Pereira da Silva  
Nutricionista responsável PNAE  
CRN3: 52432

Laisa Mayumi Gonçalves Tanaka  
Técnica Nutrição e dietética  
CRN3T:121880



**CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA**  
FAIXA ETÁRIA 4 a 5 ANOS

( Período integral: Servir o cardápio completo)

**SEGUNDA**

**TERÇA**

**QUARTA**

**QUINTA**

**SEXTA**

**TURNO MATUTINO (Café da manhã, lanche da manhã e almoço)**

**CAFÉ DA MANHÃ**  
06:45 às 07:00

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

Pão com manteiga de leite  
Leite integral s/açúcar

**LANCHE DA MANHÃ**  
09:25 às 09:40

Maçã

Banana

Mamão

Laranja

Melancia

**TURNO VESPERTINO (Almoço e lanche da tarde)**

**ALMOÇO**  
11:30 às 12:00

Arroz carreteiro (carne em pedaço, cenoura, tomate), feijão, salada de repolho

Arroz, feijão, stroganoff de frango, salada de alface

Arroz, feijão, carne moída com batatas, salada mista

Arroz, feijão, frango em cubos, salada de batata e ovo

Arroz, feijão, picadinho de carne, cabotia refogado

**LANCHE DA TARDE**  
15:30 às 16:00

Pão com carne e suco de laranja integral

Banana  
Maçã

Bolo simples e suco de laranja integral

Salada de frutas

Vitamina de frutas

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução N 06/2020, 20/2020 e 02/2023 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) Sujeito a alterações consciente do nutricionista. (CARDÁPIO OFERTADO PARA UNIDADES ESCOLARES CEMEI: VERA LÚCIA MONTEIRO PRADO, MARIA APARECIDA GUARNIERI E FRANCISCA LUZIA DE AVELAR).

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
		142g	34g	28g
	949,47	60%	14%	26%

Denise Pereira da Silva  
Nutricionista responsável PNAE  
CRN3: 52432

Laisa Mayumi Gonçalves Tanaka  
Técnica Nutrição e dietética  
CRN3T: 121880



**CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA**  
FAIXA ETÁRIA 4 a 5 ANOS

( Período integral: Servir o cardápio completo)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>TURNO MATUTINO (Café da manhã, lanche da manhã e almoço)</b>					
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 06:45 às 07:00	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 09:25 às 09:40	Maçã	Banana	Mamão	Laranja	Melancia
<b>TURNO VESPERTINO (Almoço e lanche da tarde)</b>					
<b>ALMOÇO</b> 11:30 às 12:00	Arroz, feijão, carne moída, suflê de abobrinha	Arroz, feijão, escondidinho de frango, salada de alface e tomate	Arroz, feijão, macarrão a bolonhesa, salada de couve	Galinhada, feijão, salada de alface	Arroz, feijão, carne de panela com batata, vinagrete
<b>LANCHE DA TARDE</b> 15:30 às 16:00	Pão com frango e suco de laranja integral	Banana Maçã	Bolo simples e suco de laranja integral	Salada de frutas	Torta de carne e suco de laranja integral

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução N 06/2020, 20/2020 e 02/2023 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) Sujeito a alterações consciente do nutricionista. (CARDÁPIO OFERTADO PARA UNIDADES ESCOLARES CEMEI: VERA LÚCIA MONTEIRO PRADO, MARIA APARECIDA GUARNIERI E FRANCISCA LUZIA DE AVELAR).

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
		145g	33g	26g
	941,07	62%	14%	25%

Denise Pereira da Silva  
Nutricionista responsável PNAE  
CRN3: 52432

Laisa Mayumi Gonçalves Tanaka  
Técnica Nutrição e dietética  
CRN3T: 121880



**CARDÁPIO PRÉ-ESCOLA**  
FAIXA ETÁRIA 4 a 5 ANOS

( Período integral: Servir o cardápio completo)

	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
<b>TURNO MATUTINO (Café da manhã, lanche da manhã e almoço)</b>					
<b>CAFÉ DA MANHÃ</b> 06:45 às 07:00	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar	Pão com manteiga de leite Leite integral s/açúcar
<b>LANCHE DA MANHÃ</b> 09:25 às 09:40	Maçã	Banana	Mamão	Laranja	Melancia
<b>TURNO VESPERTINO (Almoço e lanche da tarde)</b>					
<b>ALMOÇO</b> 11:30 às 12:00	Arroz colorido (carne moída, vagem e cenoura), feijão, salada de repolho	Arroz, feijão, frango com legumes (abobrinha e cenoura), salada de couve	Arroz, feijão, picadinho de carne, salada de pepino com cheiro verde	Arroz, feijão, bobó de frango, salada de alface	Arroz, feijão, escondidinho de carne, salada de tomate
<b>LANCHE DA TARDE</b> 15:30 às 16:00	Pão com frango e suco de laranja integral	Banana Maçã	Bolo simples e suco de laranja integral	Salada de frutas	Vitamina de frutas

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução N 06/2020, 20/2020 e 02/2023 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE) Sujeito a alterações consciente do nutricionista. (CARDÁPIO OFERTADO PARA UNIDADES ESCOLARES CEMEI: VERA LÚCIA MONTEIRO PRADO, MARIA APARECIDA GUARNIERI E FRANCISCA LUZIA DE AVELAR).

Composição nutricional Média semanal	Energia (Kcal)	CHO (g)	PNT (g)	LPD (g)
		142g	31g	27g
	931,80	61%	13%	26%

Denise Pereira da Silva  
Nutricionista responsável PNAE  
CRN3: 52432

Laisa Mayumi Gonçalves Tanaka  
Técnica Nutrição e dietética  
CRN3T: 121880