



PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Departamento de alimentação Escolar
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA – 4 A 5 ANOS E 11 MESES

REFEIÇÃO MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30						SEXTA-FEIRA 01/08/25
						Farofa de ovos Chá mate (morno) Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 04/08/25	TERÇA-FEIRA 05/08/25	QUARTA-FEIRA 06/08/25	QUINTA-FEIRA 07/08/25	SEXTA-FEIRA 08/08/25	
	Sopa de macarrão c/ feijão e carne desfiada	Pão caseiro de batata- doce c/ molho tomate e carne desfiada Chá mate	Canjica de coco Fruta: Banana	Virado de feijão c/ ovos	Bolacha Vitamina de banana Fruta: Maçã	
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 11/08/25	TERÇA-FEIRA 12/08/25	QUARTA-FEIRA 13/08/25	QUINTA-FEIRA 14/08/25	SEXTA-FEIRA 15/08/25	
	Polenta cremosa Isclas de carne c/ cenoura picadinha Salada de repolho ralada	Pão caseiro Ovos mexidos Chá mate (morno)	Purê de batatas Molho de carne c/ tomate Fruta: Banana	Risoto de frango c/ cenoura Salada de brócolis	Quibe assado Pipoca salgada Chá mate Fruta: Tangerina Verona	
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 18/08/25	TERÇA-FEIRA 19/08/25	QUARTA-FEIRA 20/08/25	QUINTA-FEIRA 21/08/25	SEXTA-FEIRA 22/08/25	
	Canja de arroz c/ cenoura em cubos, repolho e frango desfiado	Macarrão parafuso c/ legumes e frango desfiado (cenoura, milho, tomate)	Pão caseiro batata- salsa c/ requeijão caseiro Leite c/cacau Fruta: Banana	Polenta cremosa Molho de carne Salada repolho ralada	Virado de feijão c/ ovos Fruta: Laranja	
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 25/08/25	TERÇA-FEIRA 26/08/25	QUARTA-FEIRA 27/08/25	QUINTA-FEIRA 28/08/25	SEXTA-FEIRA 29/08/25	
	Creme de ervilha c/ carne e legumes (ervilha cozinha batida, cenoura e batata em cubos e carne desfiada)	Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate	Arroz Linguíça de frango assada Salada de beterraba cozida (palito) Fruta: Banana	Sopa de macarrão c/ carne, abóbora e repolho	Bolo de cenoura c/ cobertura de coco ralado Suco de uva Fruta: Manga	

Eventualmente alguma preparação poderá ser adaptada conforme necessidade devido a prazo de validade dos ingredientes, disponibilidade e grau de maturação ou mesmo por desabastecimento nas Centrais de Distribuição. Caso ocorra, será feita a mudança no cardápio sem prejuízos quanto a sua composição nutricional e a recomendação de acordo com a Resolução nº06/2020 do FNDE.

Não é permitida a alteração no cardápio sem autorização prévia da Nutricionista, exceto nos casos citados acima, onde outro item será enviado para compor a preparação.

Nutricionista Responsável técnica: Cíntia Cristina Santos - CRN8 13614


Cíntia Cristina Santos
Nutricionista
CRN-8 13614



PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Departamento de alimentação Escolar
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA – 4 A 5 ANOS E 11 MESES

SEM LACTOSE

REFEIÇÃO					SEXTA-FEIRA 01/08/25
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30					Farofa de ovos Chá mate (morno) Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 04/08/25	TERÇA-FEIRA 05/08/25	QUARTA-FEIRA 06/08/25	QUINTA-FEIRA 07/08/25	SEXTA-FEIRA 08/08/25
	Sopa de macarrão c/ feijão e carne desfiada	Pão caseiro de batata- doce c/ molho tomate e carne desfiada Chá mate	Canjica de coco s/ lactose Fruta: Banana	Virado de feijão c/ ovos	Bolacha s/ lactose Vitamina s/ lactose de banana Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 11/08/25	TERÇA-FEIRA 12/08/25	QUARTA-FEIRA 13/08/25	QUINTA-FEIRA 14/08/25	SEXTA-FEIRA 15/08/25
	Polenta cremosa Isclas de carne c/ cenoura picadinha Salada de repolho ralada	Pão caseiro Ovos mexidos Chá mate (morno)	Purê de batatas s/ leite Molho de carne c/ tomate Fruta: Banana	Risoto de frango c/ cenoura Salada de brócolis	Quibe assado Pipoca salgada Chá mate Fruta: Tangerina Verona
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 18/08/25	TERÇA-FEIRA 19/08/25	QUARTA-FEIRA 20/08/25	QUINTA-FEIRA 21/08/25	SEXTA-FEIRA 22/08/25
	Canja de arroz c/ cenoura em cubos, repolho e frango desfiado	Macarrão parafuso c/ legumes e frango desfiado (cenoura, milho, tomate)	Pão caseiro batata- salsa c/ requeijão caseiro Leite s/ lactose c/cacau Fruta: Banana	Polenta cremosa Molho de carne Salada repolho ralada	Virado de feijão c/ ovos Fruta: Laranja
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 25/08/25	TERÇA-FEIRA 26/08/25	QUARTA-FEIRA 27/08/25	QUINTA-FEIRA 28/08/25	SEXTA-FEIRA 29/08/25
	Creme de ervilha c/ carne e legumes (ervilha cozinha batida, cenoura e batata em cubos e carne desfiada)	Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate	Arroz Linguiça de frango assada Salada de beterraba cozida (palito) Fruta: Banana	Sopa de macarrão c/ carne, abóbora e repolho	Bolo s/ lactose de cenoura c/ cobertura de coco ralado Suco de uva Fruta: Manga

Cristina Santos
Nutricionista
CRN-8 13614



PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Departamento de alimentação Escolar
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA – 4 A 5 ANOS E 11 MESES

DIABETES

REFEIÇÃO					SEXTA-FEIRA 01/08/25
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30					Farofa de ovos Chá mate s/ açúcar (morno) Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 04/08/25	TERÇA-FEIRA 05/08/25	QUARTA-FEIRA 06/08/25	QUINTA-FEIRA 07/08/25	SEXTA-FEIRA 08/08/25
	Sopa de macarrão c/ feijão e carne desfiada	Pão caseiro integral de batata-doce c/ molho tomate e carne desfiada Chá mate s/ açúcar	Canjica de coco s/ açúcar Fruta: Banana	Virado de feijão c/ ovos	Biscoito de castanha diet Vitamina de banana s/ açúcar Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 11/08/25	TERÇA-FEIRA 12/08/25	QUARTA-FEIRA 13/08/25	QUINTA-FEIRA 14/08/25	SEXTA-FEIRA 15/08/25
	Polenta cremosa Isclas de carne c/ cenoura picadinha Salada de repolho ralada	Pão caseiro integral Ovos mexidos Chá mate s/ açúcar (morno)	Purê de batatas Molho de carne c/ tomate Fruta: Banana	Risoto integral de frango c/ cenoura Salada de brócolis	Quibe assado Pipoca salgada Chá mate s/ açúcar Fruta: Tangerina Verona
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 18/08/25	TERÇA-FEIRA 19/08/25	QUARTA-FEIRA 20/08/25	QUINTA-FEIRA 21/08/25	SEXTA-FEIRA 22/08/25
	Canja de arroz integral c/ cenoura em cubos, repolho e frango desfiado	Macarrão parafuso c/ legumes e frango desfiado (cenoura, milho, tomate)	Pão caseiro integral batata-salsa c/ requeijão caseiro Leite c/cacau s/ açúcar Fruta: Banana	Polenta cremosa Molho de carne Salada repolho ralada	Virado de feijão c/ ovos Fruta: Laranja
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	SEGUNDA-FEIRA 25/08/25	TERÇA-FEIRA 26/08/25	QUARTA-FEIRA 27/08/25	QUINTA-FEIRA 28/08/25	SEXTA-FEIRA 29/08/25
	Creme de ervilha c/ carne e legumes (ervilha cozinha batida, cenoura e batata em cubos e carne desfiada)	Pão caseiro integral c/ ovos mexidos Chá mate s/ açúcar	Arroz integral Linguiça de frango assada Salada de beterraba cozida (palito) Fruta: Banana	Sopa de macarrão c/ carne, abóbora e repolho	Bolo integral de cenoura s/ açúcar c/ cobertura de coco ralado Suco de uva integral Fruta: Manga

Nunca adicionar açúcar em nenhuma preparação. Se necessário adoçar, utilizar poucas gotas de adoçante dietético.

Montar o prato com uma porção maior da proteína do dia, por exemplo carne, ovo, frango, maior quantidade de legumes, verduras (saladas ou refogados) e por último o carboidrato (arroz, macarrão, pão ou polenta, o carboidrato deverá ser a porção menor do prato.

Em caso de dúvidas para a execução do cardápio ou qualquer dificuldade, comunicar imediatamente à Direção escolar e solicitar informações pelo ramal 1403.


Cintia Cristina Santos
Nutricionista
CRN-8 13614



PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Departamento de alimentação Escolar
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA – 4 A 5 ANOS E 11 MESES

SEM OVO

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
REFEIÇÃO MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30	04/08/25	05/08/25	06/08/25	07/08/25	08/08/25
	Sopa de macarrão c/ feijão e carne desfiada	Pão caseiro de batata- doce c/ molho tomate e carne desfiada Chá mate	Canjica de coco Fruta: Banana	Virado de feijão c/ carne desfiada	Bolacha Vitamina de banana Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	11/08/25	12/08/25	13/08/25	14/08/25	15/08/25
	Polenta cremosa Iscas de carne c/ cenoura picadinha Salada de repolho ralada	Pão caseiro Molho de frango desfiado Chá mate (morno)	Purê de batatas Molho de carne c/ tomate Fruta: Banana	Risoto de frango c/ cenoura Salada de brócolis	Quibe assado Pipoca salgada Chá mate Fruta: Tangerina Verona
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	18/08/25	19/08/25	20/08/25	21/08/25	22/08/25
	Canja de arroz c/ cenoura em cubos, repolho e frango desfiado	Macarrão parafuso c/ legumes e frango desfiado (cenoura, milho, tomate)	Pão caseiro batata- salsa c/ requeijão caseiro Leite c/cacau Fruta: Banana	Polenta cremosa Molho de carne Salada repolho ralada	Arroz c/ cenoura e frango desfiado Fruta: Laranja
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	25/08/25	26/08/25	27/08/25	28/08/25	29/08/25
	Creme de ervilha c/ carne e legumes (ervilha cozinha batida, cenoura e batata em cubos e carne desfiada)	Pão caseiro c/ molho de carne Chá mate	Arroz Linguiça de frango assada Salada de beterraba cozida (palito) Fruta: Banana	Sopa de macarrão c/ carne, abóbora e repolho	Bolo de cenoura s/ ovos c/ cobertura de coco ralado Suco de uva Fruta: Manga

Não utilizar ovos para o preparo de pães, bolos e tortas. Observar as alterações no Cardápio, para o atendimento à necessidade do aluno. Preparar os molhos previsto no cardápio e servir como acompanhamento para o pão.

Em caso de dúvidas para a execução do cardápio ou qualquer dificuldade, comunicar imediatamente à Direção escolar e solicitar informações pelo ramal 1403.



PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Departamento de alimentação Escolar
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE

Cintia Cristina Santos
Nutricionista
CRN-8 13614

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL – FAIXA ETÁRIA – 4 A 5 ANOS E 11 MESES

ALERGIA À FEIJÃO

REFEIÇÃO	SEGUNDA-FEIRA	TERÇA-FEIRA	QUARTA-FEIRA	QUINTA-FEIRA	SEXTA-FEIRA
MANHÃ 09H30/ TARDE 14H30					01/08/25 Farofa de ovos (ovos e farinha de milho) Chá mate (morno) Fruta: Manga
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	04/08/25 Sopa de macarrão C/ CENOURA e carne desfiada	05/08/25 Pão caseiro de batata- doce c/ molho tomate e carne desfiada Chá mate	06/08/25 Canjica de coco Fruta: Banana	07/08/25 Arroz c/ cenoura e milho Ovos mexidos	08/08/25 Bolacha Vitamina de banana Fruta: Maçã
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	11/08/25 Polenta cremosa Iscas de carne c/ cenoura picadinha Salada de repolho ralada	12/08/25 Pão caseiro Ovos mexidos Chá mate (morno)	13/08/25 Purê de batatas Molho de carne c/ tomate Fruta: Banana	14/08/25 Risoto de frango c/ cenoura Salada de brócolis	15/08/25 Quibe assado Pipoca salgada Chá mate Fruta: Tangerina Verona
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	18/08/25 Canja de arroz c/ cenoura em cubos, repolho e frango desfiado	19/08/25 Macarrão parafuso c/ legumes e frango desfiado (cenoura, milho, tomate)	20/08/25 Pão caseiro batata- salsa c/ requeijão caseiro Leite c/cacau Fruta: Banana	21/08/25 Polenta cremosa Molho de carne Salada repolho ralada	22/08/25 Arroz c/ cenoura e frango desfiado Fruta: Laranja
REFEIÇÃO MANHÃ 09h30/TARDE 14h30	25/08/25 Sopa de legumes e carne (acelga, cenoura, batata)	26/08/25 Pão caseiro c/ ovos mexidos Chá mate	27/08/25 Arroz Linguiça de frango assada Salada de beterraba cozida (palito) Fruta: Banana	28/08/25 Sopa de macarrão c/ carne, abóbora e repolho	29/08/25 Bolo de cenoura c/ cobertura de coco ralado Suco de uva Fruta: Manga

Cintia Cristina Santos
Nutricionista
CRN-8 13614



PREFEITURA MUNICIPAL DE TIJUCAS DO SUL
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO
Departamento de alimentação Escolar
Programa Nacional de Alimentação Escolar – PNAE
