

IMPORTANTE:

*SALADAS DEVEM SER SEMPRE COZIDAS.

*CONSISTÊNCIA:

6 A 7 MESES: AMASADO COM O GARFO.

8 A 12 MESES: ALIMENTOS MACIOS PICADOS EM PEDAÇOS BEM PEQUENOS, RASPADOS OU DESFIADOS.

A PARTIR DOS 12 MESES: CONSISTÊNCIA DOS DEMAIS ALUNOS.

DURANTE A ALMOÇO NÃO SERÁ OFERTADO LÍQUIDOS. APÓS A FINALIZAÇÃO DO ALMOÇO SERÁ OFERTADO ÁGUA.

	2 ^a feira	3 ^a feira	4 ^a feira	5 ^a feira	6 ^a feira
	01/12/2025	02/12/2025	03/12/2025	04/12/2025	05/12/2025
Café da Manhã (08:00 hs)	Leite tipo A ou Fórmula	Leite tipo A ou Fórmula	Leite tipo A ou Fórmula	Leite tipo A ou Fórmula	Leite tipo A ou Fórmula
Lanche da Manhã (09:15 hs)	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas
Almoço (10:30 hs)	Arroz branco papa Feijão preto Salada de cenoura com ovo *amassar com o garfo	Purê de batata Fricassê de Frango Salada cozida *amassar com o garfo	Sopa de feijão com massinha Salada cozida *amassar com o garfo	Purê de batatas Carne de panela Arroz papa Salada cozida *amassar com o garfo	Massa fina com molho de frango desfiado Legumes refogados (cenoura, batata, brócolis e couve-flor) *amassar com o garfo
Lanche da tarde (13:45)	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas
Pré-janta (15:00)	Massa cabelo de anjo com molho de frango desfiado Salada cozida *amassar com o garfo	Sopa de legumes Pão torrado *amassar com o garfo	Polenta com molho de carne moída Salada cozida *amassar com o garfo	Sopa de lentilha Aipim cozido *amassar com o garfo	Sopa de feijão com massinha *amassar com o garfo
Composição Nutricional Média Semanal		Energia (Kcal)	CHO (g)	PROT (g)	LIP (g)
		6 a 11 meses	522,89	90	20
Gabriela Costenaro da Silva - Nutricionista CRN2 12292 D					

IMPORTANTE:

*SALADAS DEVEM SER SEMPRE COZIDAS.

*CONSISTÊNCIA:

6 A 7 MESES: AMASADO COM O GARFO.

8 A 12 MESES: ALIMENTOS MACIOS PICADOS EM PEDAÇOS BEM PEQUENOS, RASPADOS OU DESFIADOS.

A PARTIR DOS 12 MESES: CONSISTÊNCIA DOS DEMAIS ALUNOS.

DURANTE A ALMOÇO NÃO SERÁ OFERTADO LÍQUIDOS. APÓS A FINALIZAÇÃO DO ALMOÇO SERÁ OFERTADO ÁGUA.

	2 ^a feira	3 ^a feira	4 ^a feira	5 ^a feira	6 ^a feira
	08/12/2025	09/12/2025	10/12/2025	11/12/2025	12/12/2025
Café da Manhã (08:00 hs)	Leite tipo A ou Fórmula	Leite tipo A ou Fórmula	Leite tipo A ou Fórmula	Leite tipo A ou Fórmula	
Lanche da Manhã (09:15 hs)	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	
Almoço (10:30 hs)	Purê de batatas Frango desfiado ao molho de tomates Omelete Salada cozida *amassar com o garfo	Escondidinho de batata com molho de carne moída Salada cozida	Arroz branco papa Feijão preto Salada de cenoura com ovos picados	Polenta mole Carne de panela Salada Cozida	
Lanche da tarde (13:45)	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	
Pré-janta (15:00)	Polenta mole Molho de tomate com carne moída Salada cozida *amassar com o garfo	Sopa de feijão com massinha	Massa cabelo de anjo Carne moída em molho Salada cozida	Sopa de legumes com massinha	
Composição Nutricional Média Semanal		Energia (Kcal)	CHO (g)	PROT (g)	LIP (g)
6 a 11 meses		498,26	84	19	10
Gabriela Costenaro da Silva - Nutricionista CRN2 12292 D					

IMPORTANTE:

*SALADAS DEVEM SER SEMPRE COZIDAS.

*CONSISTÊNCIA:

6 A 7 MESES: AMASADO COM O GARFO.

8 A 12 MESES: ALIMENTOS MACIOS PICADOS EM PEDAÇOS BEM PEQUENOS, RASPADOS OU DESFIADOS.

A PARTIR DOS 12 MESES: CONSISTÊNCIA DOS DEMAIS ALUNOS.

DURANTE A ALMOÇO NÃO SERÁ OFERTADO LÍQUIDOS. APÓS A FINALIZAÇÃO DO ALMOÇO SERÁ OFERTADO ÁGUA.

	2 ^a feira	3 ^a feira	4 ^a feira	5 ^a feira	6 ^a feira
	15/12/2025	16/12/2025	17/12/2025	18/12/2025	19/12/2025
Café da Manhã (08:00 hs)	Leite tipo A ou Fórmula	Leite tipo A ou Fórmula	Leite tipo A ou Fórmula	Leite tipo A ou Fórmula	Leite tipo A ou Fórmula
Lanche da Manhã (09:15 hs)	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas
Almoço (10:30 hs)	Polenta mole Omelete Salada cozida *amassar com o garfo	Sopa de lentilha com massinha Salada cozida *amassar com o garfo	Canja com frango picado e massinha *amassar com o garfo	Purê de batatas Molho de tomate com frango Omelete Salada cozida *amassar com o garfo	Polenta mole Molho de tomate com carne moída Salada cozida *amassar com o garfo
Lanche da tarde (13:45)	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas	Frutas *raspadas ou amassadas
Pré-janta (15:00)	Sopa de legumes Pão torrado *amassar com o garfo	Purê de batatas Arroz papa Fricassê de frango Salada cozida *amassar com o garfo	Arroz branco papa Feijão preto Salada de cenoura com ovos picados *amassar com o garfo	Sopa de feijão com massinha *amassar com o garfo	Massa cabelo de anjo Carne de panela Salada cozida *amassar com o garfo
Composição Nutricional Média Semanal		Energia (Kcal)	CHO (g)	PROT (g)	LIP (g)
6 - 11 meses		529,55	89	22	10
<i>Gabriela Costenaro da Silva - Nutrionista CRN2 12292 D</i>					



ESTADO DO RIO GRANDE DO SUL
MUNICÍPIO DE COTIPORÃ
A Joia da Serra Gaúcha

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E DESPORTO DO MUNICÍPIO DE COTIPORÃ¹
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CARDÁPIO CRECHE E PRÉ-ESCOLA
PERÍODO: INTEGRAL
FAIXA ETÁRIA: 6 a 11 MESES

