



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL
BERÇÁRIO 2 E MATERNAL 1: 01 A 03 ANOS

Setembro 2025

27ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		01/09	02/09	03/09	04/09	05/09
TURNO MANHÃ Kcal: 923,42 Ptn: 46,87 g Lip: 25,55 g Cho: 132,29 g Ca: 394,21 mg Fe: 7,80 mg Vit. A: 115,43 mcg Vit. C: 49,07 mg	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Bolacha de polvilho Leite com cacau Banana	Bolo de cenoura com uva-passa e coco ralado, sem açúcar/mel Leite com cacau Mamão	Frutas picadas com aveia (banana + maçã + mamão e laranja) Leite com cacau	Pão caseiro + geleia sem açúcar Leite com cacau Laranja	Pão caseiro + ovo cozido Leite com cacau Maçã
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de aipim Omelete de forno Beterraba cozida Suco de maracujá (polpa)	Polenta cremosa Feijão preto Carne de panela (cubos bovino) Repolho verde ralado	Arroz parboilizado Feijão carioca Cubos acebolado (suíno) Couve flor cozida	Arroz parboilizado Feijão preto Panqueca de frango (moída frango) Beterraba e cenoura raladas	Arroz parboilizado Feijão preto Galeto (coxa e sobrecoxa) Repolho verde e cenoura ralados
	LANCHE 13h30	Leite com cacau Banana	Leite com cacau Mamão	Frutas picadas com aveia (banana + maçã + mamão e laranja)	Pão caseiro + geleia sem açúcar Leite com cacau Laranja	Leite com cacau Maçã
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Purê de aipim Omelete de forno Beterraba cozida Suco de maracujá (polpa)	Polenta cremosa Feijão preto Carne de panela (cubos bovino) Repolho verde ralado	Arroz parboilizado Feijão carioca Cubos acebolado (suíno) Couve flor cozida	Arroz parboilizado Feijão preto Panqueca de frango (moída frango) Beterraba e cenoura raladas	Arroz parboilizado Feijão preto Galeto (coxa e sobrecoxa) Repolho verde e cenoura ralados

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

B II – Não se recomenda o uso de alimentos açucarados (açúcar, achocolatado, mel) e café para crianças menores de 2 anos. Resolução 6/2020 - Art. 18: **É PROIBIDA** a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de **até 3 anos de idade**.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL
BERÇÁRIO 2 E MATERNAL 1: 01 A 03 ANOS

Setembro 2025

28ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		08/09	09/09	10/09	11/09	12/09
TURNO MANHÃ Kcal: 927,08 Ptn: 46,54 g Lip: 27,41 g Cho: 129,76 g Ca: 312,41 mg Fe: 7,34 mg Vit. A: 93,06 mcg Vit. C: 39,93 mg	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Bolacha de polvilho Leite com cacau Banana	Pão caseiro + geleia sem açúcar Leite com cacau Maçã	Bolo mesclado com uva-passa e coco ralado, sem açúcar/mel Suco de uva Banana	Pão caseiro + ovo mexido Leite com cacau Laranja	Bolacha de polvilho Batida de cacau (banana + aveia + cacau + leite) sem açúcar/mel
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Salada de batata, ovo picado, atum e cenoura Suco de laranja	Massa parafuso mix (normal, tricolor e integral) com molho de carne moída (bovina) Feijão preto Alface e tomate	Polenta recheada com frango (peito) Feijão preto Repolho roxo ralado	Arroz parboilizado Lentilha + picadinho suíno com couve-flor, vagem e cenoura	Arroz com galinha (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Cenoura cozida e tomate
	LANCHE 13h30	Leite com cacau Banana	Batida de cacau (banana + aveia + cacau + leite) sem açúcar/mel	Bolo mesclado com uva-passa e coco ralado, sem açúcar/mel Suco de uva Banana	Pão caseiro + ovo mexido Leite com cacau Laranja	Leite com cacau Banana
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Salada de batata, ovo picado, atum e cenoura Suco de laranja	Massa parafuso mix (normal, tricolor e integral) com molho de carne moída (bovina) Feijão preto Alface e tomate	Polenta recheada com frango (peito) Feijão preto Repolho roxo ralado	Arroz parboilizado Lentilha + picadinho suíno com couve-flor, vagem e cenoura	Arroz com galinha (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Cenoura cozida e tomate

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

B II – Não se recomenda o uso de alimentos açucarados (açúcar, achocolatado, mel) e café para crianças menores de 2 anos. Resolução 6/2020 - Art. 18: É **PROIBIDA** a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de **até 3 anos de idade**.



29ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		15/09	16/09	17/09	18/09	19/09
TURNO MANHÃ Kcal: 880,55 Ptn: 43,98 g Lip: 23,36 g Cho: 126,31 g Ca: 284,18 mg Fe: 7,34 mg Vit. A: 79,65 mcg Vit. C: 115,99 mg	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Cereal matinal com leite Banana	Pão semi integral Batida de abacate (abacate + leite) sem açúcar/mel	Cuca de banana com uva-passa e coco ralado, geleia sem açúcar/mel Leite com cacau Laranja	Cachorro quente de carne moída (pão massinha + moída bovina) Suco de frutas (tetra pak) Banana	Pão caseiro + ovo cozido Leite com cacau Laranja
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata rústica Ovo mexido Cenoura ralada Maça	Arroz parboilizado Feijão preto Almôndega de frango (moída frango) Pepino	Massa parafuso mix (normal, tricolor e integral) com molho de carne moída (bovina) Feijão preto Repolho verde e cenoura ralados	Polenta cremosa Peito de frango desfiado com molho vermelho Feijão preto Pepino e repolho verde ralado	Arroz parboilizado Entrevero (cubos bovinos e suínos + peito de frango + cebola) Feijão mexido Salada tricolor (tomate e couve-flor) Sagu de uva sem açúcar/mel
	LANCHE 13h30	Cereal matinal com leite	Banana/Laranja	Cuca de banana com uva-passa e coco ralado, geleia sem açúcar/mel	Leite com cacau Banana	Pão caseiro Maça
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Batata rústica Ovo mexido Cenoura ralada Banana	Arroz parboilizado Feijão preto Almôndega de frango (moída frango) Pepino	Massa parafuso mix (normal, tricolor e integral) com molho de carne moída (bovina) Feijão preto Repolho verde e cenoura ralados	Polenta cremosa Peito de frango desfiado com molho vermelho Feijão preto Pepino e repolho verde ralado	Arroz parboilizado Entrevero (cubos bovinos e suínos + peito de frango + cebola) Feijão mexido Salada tricolor (tomate e brocolis) Sagu de uva sem açúcar/mel

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

B II – Não se recomenda o uso de alimentos açucarados (açúcar, achocolatado, mel) e café para crianças menores de 2 anos. Resolução 6/2020 - Art. 18: **É PROIBIDA** a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de **até 3 anos de idade**.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL
BERÇÁRIO 2 E MATERNAL 1: 01 A 03 ANOS

Setembro 2025

30ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		22/09	23/09	24/09	25/09	26/09
TURNO MANHÃ Kcal: 891,27 Ptn: 47,17 g Lip: 25,02 g Cho: 123,70 g Ca: 364,08 mg Fe: 6,37 mg Vit. A: 240,69 mcg Vit. C: 47,91 mg	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Bolacha de polvilho Leite com cacau Maçã	Pão de queijo / rosca de polvilho Leite com cacau Banana	Pizza de atum Suco de frutas (tetrapac) Banana	Pão caseiro + geleia sem açúcar Batida de salada de frutas sem açúcar/mel (maçã + banana + mamão)	Pão caseiro + omelete Leite com cacau Laranja
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Lentilha Batata doce assada Farofa ovo Repolho verde ralado Suco de laranja e mamão	Espaguete ao alho e óleo Peito de frango desfiado com molho vermelho Feijão preto Chuchu cozido	Arroz com galinha (coxa e sobrecoxa + mix de arroz da Mário* - parbo e integral) Feijão preto Beterraba cozida	Carreteiro (cubos bovino) Feijão preto Couve chinesa	Arroz parboilizado Estrogonofe de frango (Peito) Feijão preto Alface e tomate
	LANCHE 13h30	Leite com cacau Maçã	Pão de queijo / rosca de polvilho Banana	Leite com cacau Banana	Batida de salada de frutas sem açúcar/mel (maçã + banana + mamão)	Pão caseiro + omelete Laranja
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Lentilha Batata doce assada Farofa ovo Repolho verde ralado Suco de laranja e mamão	Espaguete ao alho e óleo Peito de frango desfiado com molho vermelho Feijão preto Chuchu cozido	Arroz com galinha (coxa e sobrecoxa + mix de arroz parbo e integral) Feijão preto Beterraba cozida	Carreteiro (cubos bovino) Feijão preto Couve chinesa	Arroz parboilizado Estrogonofe de frango (Peito) Feijão preto Alface e tomate

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

B II – Não se recomenda o uso de alimentos açucarados (açúcar, achocolatado, mel) e café para crianças menores de 2 anos. Resolução 6/2020 - Art. 18: **É PROIBIDA** a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de **até 3 anos de idade**.



PREFEITURA MUNICIPAL DE CAPÃO DA CANOA/RS
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO / SETOR DE NUTRIÇÃO
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR

CARDÁPIO TURNO INTEGRAL
BERÇÁRIO 2 E MATERNAL 1: 01 A 03 ANOS

Setembro 2025

31ª semana		SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
		29/09	30/09	01/10	02/10	03/10
TURNO MANHÃ Kcal: 822,24 Ptn: 40,86 g Lip: 23,80 g Cho: 116,72 g Ca: 260,17 mg Fe: 5,70 mg Vit. A: 62,82 mcg Vit. C: 67,06 mg	CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20	Bolacha água e sal integral Suco de mamão e laranja Banana	Bolo de fubá sem açúcar/mel Leite com cacau Melão	Pão caseiro + omelete Leite com cacau Maçã	Pão caseiro + geleia sem açúcar Leite com cacau Laranja	Bolo de maçã da Marieta* sem açúcar/mel Leite com cacau Banana
	ALMOÇO 10h30	Arroz parboilizado Feijão preto Moranga cozida Omelete de forno Couve chinesa Suco de limão	Carreteiro (cubos suíno) Feijão preto Beterraba cozida	Espaguete com molho vermelho Feijão carioca Galeto assado (coxa e sobrecoxa) Beterraba e cenoura ralados	Polenta mole Feijão preto Peito de frango desfiado com molho vermelho Alface e cenoura cozida	Massa parafuso mix (normal, tricolor e integral) com molho de carne moída (bovina) Feijão preto Pepino
	LANCHE 13h30	Mamão e laranja	Canjica de leite sem açúcar/mel Banana	Leite com cacau Maçã	Pão caseiro + geleia sem açúcar Laranja	Leite com cacau Banana
	CAFÉ DA TARDE 16h30	Arroz parboilizado Feijão preto Moranga cozida Omelete de forno Couve chinesa Suco de limão	Carreteiro (cubos suíno) Feijão preto Beterraba cozida	Espaguete com molho vermelho Feijão carioca Galeto assado (coxa e sobrecoxa) Beterraba e cenoura ralados	Polenta mole Feijão preto Peito de frango desfiado com molho vermelho Alface e cenoura cozida	Massa parafuso mix (normal, tricolor e integral) com molho de carne moída (bovina) Feijão preto Pepino

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 06/2020 e 20/2020 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE)

Sujeito a alterações com ciente do nutricionista. Segunda sem carne.

B II – Não se recomenda o uso de alimentos açucarados (açúcar, achocolatado, mel) e café para crianças menores de 2 anos. Resolução 6/2020 - Art. 18: É **PROIBIDA** a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, MEL e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para crianças de **até 3 anos de idade**.



RECEITAS DO MÊS

<https://youtube.com/@setordenutricaoosmecapaodac9437>

ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

Para estudantes com necessidade de alimentação especial, o Setor de Nutrição deve ser informado via 1doc com o laudo da doença (diabetes, hipertensão, intolerância à lactose, alergia ao leite, etc) e demais informações necessárias para formular as adaptações no cardápio após combinações com a família/responsável do estudante. Além disso, temos o material “Necessidades Alimentares Especiais - caderno de referência para escolas municipais de Capão da Canoa”, um guia para que a comunidade escolar conheça e entenda sobre o assunto.