



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

| Julho 2026 | | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|---|----------------------------------|---|---|---|--|---|
| | | 29/06 | 30/06 | 01/07 | 02/07 | 03/07 |
| TURNO INTEGRAL Kcal: 887,72 Ptn: 46,03 g Lip: 25,72 g Cho: 120,46 g Ca: 385,36 mg Fe: 6,7 mg Vit. A: 132,68 mcg Vit. C: 89,99 mg PREPARAÇÕES SEM AÇÚCAR / MEL / AÇÚCAR MASCAVO | CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20 | Cereal com leite Banana | Pão caseiro com omelete Leite Laranja de umbigo | Torta de frango (farinha de trigo, leite, ovo, fermento, peito de frango, milho triturado, temperos) Leite Maçã | Pão caseiro com geleia de fruta sem açúcar Leite Banana e caqui | Pão caseiro com omelete Leite Mamão |
| | ALMOÇO 11h | Arroz parboilizado Lentilha Purê de moranga Ovo picado Alface e brócolis Bergamota | Polenta cremosa Feijão preto Carne moída bovina Repolho verde ralado | Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata Peixe assado Alface e tomate | Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Mix de cenoura e repolho verde ralados | Massa espaguete com carne moída de frango Feijão preto Beterraba ralada e chuchu cozido |
| | LANCHE 13h30 | Batida de banana | Pão caseiro com omelete Leite Laranja de umbigo | Batida de banana e maçã | Pão caseiro com geleia de fruta sem açúcar Leite Banana e caqui | Leite Mamão |
| | PRÉ JANTA 16h30 | Arroz parboilizado Lentilha Purê de moranga Ovo picado Alface e brócolis Bergamota | Polenta cremosa Feijão preto Carne moída bovina Repolho verde ralado | Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata Peixe assado Alface e tomate | Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão preto Mix de cenoura e repolho verde ralados | Massa espaguete com carne moída de frango Feijão preto Beterraba ralada e chuchu cozido |

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Sujeito a alterações com ciência 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

| Julho 2026 | | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|---|----------------------------------|--|---|--|---|---|
| | | 06/07 | 07/07 | 08/07 | 09/07 | 10/07 |
| TURNO INTEGRAL Kcal: 941,60 Ptn: 48,1 g Lip: 28,28 g Cho: 125,58 g Ca: 390,96 mg Fe: 6,72 mg Vit. A: 111,18 mcg Vit. C: 76,51 mg PREPARAÇÕES SEM AÇÚCAR / MEL / AÇÚCAR MASCAVO | CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20 | Mingau de aveia e banana | Pão caseiro com pastinha de atum Leite Bergamota | Bolo de fubá Leite Maçã | Pão caseiro com omelete Batida de abacate Laranja de umbigo | Pão caseiro com geleia de fruta sem açúcar Leite Banana |
| | ALMOÇO 11h | Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata Omelete de forno Mix de cenoura e repolho verde ralados Laranja picada | Mix de massa parafuso (normal + tricolor + integral) Feijão preto Coxa e sobrecoxa assada Abobrinha refogada e tomate picado | Carreteiro (cubos bovinos) Feijão carioca Alface e chuchu cozido | Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída de frango ao molho vermelho Couve-flor | Arroz parboilizado Feijão vermelho Aipim cozido Picadinho de carne (cubos suíno) com molho Brócolis e tomate |
| | LANCHE 13h30 | Mingau de aveia e banana | Pão caseiro com pastinha de atum Leite Bergamota | Leite Maçã | Pão caseiro com omelete Batida de abacate Laranja de umbigo | Leite Banana |
| | PRÉ JANTA 16h30 | Arroz parboilizado Feijão preto Purê de batata Omelete de forno Mix de cenoura e repolho verde ralados Laranja picada | Mix de massa parafuso (normal + tricolor + integral) Feijão preto Coxa e sobrecoxa assada Abobrinha refogada e tomate picado | Carreteiro (cubos bovinos) Feijão carioca Alface e chuchu cozido | Arroz parboilizado Feijão preto Carne moída de frango ao molho vermelho Couve-flor | Arroz parboilizado Feijão vermelho Aipim cozido Picadinho de carne (cubos suíno) com molho Brócolis e tomate |

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 do Fundo Nacional de Desenvolvimento da Educação (FNDE). Sujeito a alterações com ciência 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**

| Julho 2026 | | SEGUNDA | TERÇA | QUARTA | QUINTA | SEXTA |
|--|----------------------------------|--|---|--|---|--|
| | | 13/07 | 14/07 | 15/07 | 16/07 | 17/07 |
| TURNO INTEGRAL Kcal: 918,43 Ptn: 46,52 g Lip: 24,02 g Cho: 131 g Ca: 400,64 mg Fe: 5,68 mg Vit. A: 1139,48 mcg Vit. C: 98,63 mg PREPARAÇÕES SEM AÇÚCAR / MEL / AÇÚCAR MASCAVO | CAFÉ MANHÃ 7h30 - 8h20 | Biscoito de polvilho sem açúcar Batida de banana | Pão caseiro com omelete Leite Mamão | Bolo de maçã com aveia (sem mel) Leite Laranja de umbigo | Pão caseiro semi-integral com pastinha de atum Leite Maçã | Canjica com leite Banana |
| | ALMOÇO 11h | Arroz parboilizado Lentilha Batata doce assada Ovo picado Alface e chuchu Bergamota | Arroz da Mário* (parboilizado + integral) Feijão preto Carne moída de frango Abobrinha | Galinhada (coxa e sobrecoxa) Feijão vermelho Mix de cenoura e repolho verde ralados | Arroz parboilizado Feijoada (com cubos suínos) Aipim cozido Couve refogada e tomate picado | Sopão de frango (peito) + legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata doce) + cabelinho de anjo |
| | LANCHE 13h30 | Batida de banana | Pão caseiro com omelete Leite Mamão | Leite Laranja de umbigo | Leite Maçã | Canjica com leite Banana |
| | PRÉ JANTA 16h30 | Arroz parboilizado Lentilha Batata doce assada Ovo picado Alface e chuchu Bergamota | Arroz da Mário* (parboilizado + integral) Feijão preto Carne moída de frango Abobrinha | Sopão de frango (coxa e sobrecoxa) + legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata doce) + massa de letrinhas | Arroz parboilizado Feijoada (com cubos suínos) Aipim cozido Couve refogada e tomate picado | Sopão de frango (peito) + legumes (cenoura, chuchu, abobrinha e batata doce) + cabelinho de anjo |

Cardápio elaborado atendendo as recomendações da Resolução 04/2026 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.

NUTRICIONISTA RT Sâmiria Bublitz / NUTRICIONISTAS QTs Jaqueline Menti Boff / Lisângela Aparecida de Vargas
Para contato com o Conselho de Alimentação Escolar (CAE): 0800 115 1551 - ramal 2085

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.