CARDÁPIO CMEI APLV 2026

	MENORES DE 6 MESES				
	SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
TODAS AS REFEIÇÕES	**MAMADEIRA** FÓRMULA INFANTIL (INDICADA PELO MÉDICO) OU LEITE MATERNO PARA VOLUME DE FÓRMULA : SEGUIR ORIENTAÇÕES DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	**MAMADEIRA** FÓRMULA INFANTIL (INDICADA PELO MÉDICO) OU LEITE MATERNO PARA VOLUME DE FÓRMULA : SEGUIR ORIENTAÇÕES DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	**MAMADEIRA** FÓRMULA INFANTIL (INDICADA PELO MÉDICO) OU LEITE MATERNO PARA VOLUME DE FÓRMULA : SEGUIR ORIENTAÇÕES DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	**MAMADEIRA** FÓRMULA INFANTIL (INDICADA PELO MÉDICO) OU LEITE MATERNO PARA VOLUME DE FÓRMULA : SEGUIR ORIENTAÇÕES DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	**MAMADEIRA** FÓRMULA INFANTIL (INDICADA PELO MÉDICO) OU LEITE MATERNO PARA VOLUME DE FÓRMULA : SEGUIR ORIENTAÇÕES DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA

KELLY PERSCEL
NUTRICIONISTA CRN 8/4906

Secretaria de Educação de Quedas do Iguaçu - PR
Merenda Escolar

SEMANA 1	CARDÁPIO CMEI APLV 2026			6 – 12 MESES	
	SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
CAFÉ DA MANHÃ (07:45 HS)	MAMÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	OVOS MEXIDOS MELÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	BANANA MAÇÃ **6 – 8 MESES:** PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	PAPINHA DE AVEIA COM FORMULA LÁCTEA INFANTIL 2 +BANANA MAÇÃ **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	OVOS MEXIDOS MAMÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS
LANCHE DA MANHÃ (09:15 HS)	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA
ALMOÇO (10:45 HS)	- CALDINHO FEIJÃO - MACARRÃO CABELO ANJO - MOLHO CARNE MOÍDA -SALADA CENOURA E COUVE FLOR COZIDA	- ARROZ BRANCO (PAPA) - CALDINHO FEIJÃO - PURÊ DE BATATA - PEITO DE FRAGO EM MOLHO -COUVE MANTEIGA REFOGADA	- CALDINHO FEIJÃO - CARNE BOVINA DESFIADA COM MANDIOCA - SALADA CENOURA E BETERRABA COZIDA	- CALDINHO FEIJÃO - POLENTA CREMOSA - MOLHO CARNE MOÍDA - ACELGA REGOGADO	- CALDINHO FEIJÃO - RISOTO COM (FRANGO/ TOMATE E CENOURA/ BATATA). -SALADA BETERRABA COZIDA
LANCHE (12:30 HS)	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO
LANCHE (14:00 HS)	BANANA MAÇÃ AMASSADA	PAPINHA DE MANGA COM CENOURA	LARANJA LIMA + BANANA MAÇÃ	MAMÃO AMASSADOS	ABACATE AMASSADO + BANANA
JANTAR (15:45 HS)	- POLENTA CREMOSA - MOLHO DE FRANGO - SALADA CENOURA E COUVE FLOR COZIDA	- SOPA DE FEIJÃO (CARNE BOVINA/ MACARRÃO (CENOURA / BATATA/ ABOBRINHA)	QUIRERINHA COM CARNE DE FRANGO -SALDADA CENOURA E BETERRABA	SOPA DE LENTILHA (FRANGO/ BATATA SALSA/ CENOURA/ ARROZ)	SOPA DE CARNE BOVINA (CENOURA, MANDIOCA, COUVE, MACARRÃO)
	CHO:65,97 g **PTN**:17,03g **LIP**:12,76g **CA:** 275,74 mg **FE**: 5,53 mg **VIT A:** 452,53 mcg **VIT C:** 80,80 mg **KCAL: 497**	**CHO**: 65,79 g **PTN**: 15,33 g **LIP**: 13 g **CA:** 290,58 mg **FE**: 5,44 mg **VIT A:** 514,76 mcg **VIT C:** 83,04 mg **KCAL: 491,87**	**CHO**: 66,97 g **PTN**: 12,67 g **LIP**: 12,85 g **CA:** 274,94 mg **FE**: 5,33 mg **VIT A:** 468,34 mcg **VIT C:** 63,13 mg **KCAL: 466,91**	**CHO**: 66,94 g **PTN**: 16,16 g **LIP**: 13,03 g **CA:** 305 mg **FE**: 6,49 mg **VIT A:** 469,87 mcg **VIT C:** 84,42 mg **KCAL: 507,13**	**CHO**: 65,92 g **PTN**: 14,57 g **LIP**: 12,99 g **CA:** 286,10 mg **FE**: 5,22 mg **VIT A:** 480,45 mcg **VIT C:** 83,23 mg **KCAL: 492,88**

KELLY PERSCEL
NUTRICIONISTA CRN 8/4906

Secretaria de Educação de Quedas do Iguaçu - PR
Merenda Escolar

SEMANA 2	CARDÁPIO CMEI APLV 2026			6 – 12 MESES	
	SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
CAFÉ DA MANHÃ (07:45 HS)	MAMÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	OVOS MEXIDOS MELÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	BANANA MAÇÃ **6 – 8 MESES:** PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	PAPINHA DE AVEIA COM FORMULA LÁCTEA INFANTIL 2 +BANANA MAÇÃ **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	OVOS MEXIDOS MAMÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS
LANCHE DA MANHÃ (09:15 HS)	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA
ALMOÇO (10:45 HS)	- ARROZ BRANCO (PAPA) - CALDINHO FEIJÃO - BATATA REFOGADA - PEITO DE FRAGO DESFIADO EM MOLHO -SALADA DE TOMATE E BETERRABA COZIDA	- ARROZ BRANCO (PAPA) - CALDINHO FEIJÃO - PURÊ CABOTIÁ -MOLHO CARNE MOÍDA - REPOLHO REFOGADO	- CALDINHO FEIJÃO - PURÊ DE MANDIOCA - PEITO DE FRANGO DESFIADO EM MOLHO - SALADA DE CENOURA COZIDA	- CALDINHO FEIJÃO - BATATA DOCE ASSADA - MOLHO CARNE BOVINA DESFIADA SALADA DE BETERRABA E CHUCHU COZIDO	ARROZ BRANCO (PAPA) - CALDINHO FEIJÃO -PURÊ BATATA SALSA - FRANGO ASSADO DESFIADO - SALADA DE BROCOLIS NO VAPOR - SALADA DE BETERRABA COZIDA
LANCHE (12:30 HS)	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO
LANCHE (14:00 HS)	BANANA MAÇÃ AMASSADA	MAÇÃ COZIDA	MELÃO AMASSADO	MAMÃO	MORANGO E BANANA
JANTAR (15:45 HS)	SOPA DE FRANGO (BATATA DOCE /CENORA/ ARROZ)	MACARRÃO CABELO ANJO MOLHO DE PEITO DE FRANGO SALADA BROCOLIS COZIDO	SOPA DE FEIJÃO (FRANGO/ MACARRÃO CENOURA, CHUCHU, BATATA)	POLENTA CREMOSA MOLHO CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA/ ABOBRINHA/ BATATA)	SOPA CREMOSA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA/ CENOURA/ ESPINAFRE
	CHO: 66,14g **PTN**: 16,05 g **LIP**: 13,00 g **CA:** 276,30 mg **FE**: 5,06 mg **VIT A:** 932,65 mcg **VIT C:** 83,12 mg **KCAL:** 497,13	**CHO**: 66,21g **PTN**: 16,28 g **LIP**: 13,40 g **CA:** 293,92 mg **FE**: 5,57 mg **VIT A:** 549,44 mcg **VIT C:** 61,37 mg **KCAL:** 502,71	**CHO**: 67,43 g **PTN**: 14,52 g **LIP**: 12,67 g **CA:** 279,76 mg **FE**: 5,27 mg **VIT A:** 496,93 mcg **VIT C:** 63,03 mg **KCAL:** 459,15	**CHO**: 66,10g **PTN**: 16,70 g **LIP**: 13,70 g **CA:** 305,34mg **FE**: 6,45 mg **VIT A:** 1148,60 mcg **VIT C:** 85,96 mg **KCAL:** 512,79	**CHO**: 67,38g **PTN**: 15,71 g **LIP**: 13,34 g **CA:** 376,47 mg **FE**: 5,34 mg **VIT A:** 454,12 mcg **VIT C:** 97 mg **KCAL:** 511,32

KELLY PERSCEL
NUTRICIONISTA CRN 8/4906

Secretaria de Educação de Quedas do Iguaçu - PR
Merenda Escolar

SEMANA 3	CARDÁPIO CMEI APLV 2026			6 – 12 MESES	
	SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
CAFÉ DA MANHÃ (07:45 HS)	MAMÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	OVOS MEXIDOS MELÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	BANANA MAÇÃ **6 – 8 MESES:** PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	PAPINHA DE AVEIA COM FORMULA LÁCTEA INFANTIL 2 +BANANA MAÇÃ **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	OVOS MEXIDOS MAMÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS
LANCHE DA MANHÃ (09:15 HS)	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA
ALMOÇO (10:45 HS)	- CALDINHO FEIJÃO -MACARRÃO CABELO DE ANJO -MOLHO CARNE MOÍDA - COUVE FLOR NO VAPOR - SALADA DE CENOURA COZIDA	- ARROZ BRANCO (PAPA) - CALDINHO FEIJÃO -CREME DE ABOBÓRA COM FRANGO - ACELGA REFOGADA - SALADA DE BETERRABA COZIDA	- CALDINHO FEIJÃO -PURÊ DE MANDIOCA -MOLHO CARNE BOVINA DESFIADA - COUVE MANTEIGA REFOGADA - SALADA DE CENOURA COZIDA	- CALDINHO FEIJÃO - POLENTA CREMOSA - FRANGO EM MOLHO - ABOBRINHA REFOGADA	- ARROZ BRANCO (PAPA) - CALDINHO FEIJÃO PURÊ DE BATATA -CARNE PANELA COM LEGUMES (CENOURA/ COUVE FLOR) - REPOLHO REFOGADO
LANCHE (12:30 HS)	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO
LANCHE (14:00 HS)	LARANJA LIMA + MELÃO	PAPINHA DE MANGA COM CENOURA	MELÃO	ABACATE AMASSADO + BANANA	BANANA MAÇÃ AMASSADA
JANTAR (15:45 HS)	- RISOTO COM (FRANGO/ TOMATE E CENOURA).	- SOPA DE LENTILHA (CARNE BOVINA/ MACARRÃO (CENOURA / ABOBRINHA)	QUIRERINHA COM CARNE DE FRANGO (TOMATE E CENOURA)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA ARROZ / MORANGA/ BATATA	SOPA CREMOSA DE MANDIOCA COM FRANGO/ CENOURA/ COUVE
	CHO:66,52 g **PTN**: 15,90 g **LIP**: 15,77 g **CA:** 290,15 mg **FE**: 5,64 mg **VIT A:** 538,66 mcg **VIT C:** 92,55 mg **KCAL: 523,61**	**CHO**: 66,92 g **PTN**: 15,70 g **LIP**: 14,64 g **CA:** 289,07 mg **FE**: 5,95 mg **VIT A:** 719,57 mcg **VIT C:** 66,25 mg **KCAL: 516,22**	**CHO**: 66,53 g **PTN**: 14,25 g **LIP**: 14,01 g **CA:** 281,15 mg **FE**: 5,55 mg **VIT A:** 595,17 mcg **VIT C:** 65,63 mg **KCAL: 496,93**	**CHO**: 67,19 g **PTN**: 15,33 g **LIP**: 13,88 g **CA:** 298,27 mg **FE**: 6,15 mg **VIT A:** 370,48 mcg **VIT C:** 64,26 mg **KCAL: 522,81**	**CHO**: 66,27 g **PTN**: 15,74 g **LIP**: 13,02 g **CA:** 298,04 mg **FE**: 5,60 mg **VIT A:** 541,92 mcg **VIT C:** 97,55 mg **KCAL: 503,93**

KELLY PERSCEL
NUTRICIONISTA CRN 8/4906

Secretaria de Educação de Quedas do Iguaçu - PR
Merenda Escolar

SEMANA 4	CARDÁPIO CMEI APLV 2026			6 – 12 MESES	
	SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
CAFÉ DA MANHÃ (07:45 HS)	MAMÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	OVOS MEXIDOS MELÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	BANANA MAÇÃ **6 – 8 MESES:** PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	PAPINHA DE AVEIA COM FORMULA LÁCTEA INFANTIL 2 +BANANA MAÇÃ **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS	OVOS MEXIDOS MAMÃO **6 – 8 MESES**: PAPINHA DE FRUTA RASPADA OU AMASSADA **9 MESES:** FRUTAS LEVEMENTE AMASSADA , OU PEDAÇOS PEQUENOS
LANCHE DA MANHÃ (09:15 HS)	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO MAMADEIRA (ML): SEGUIR ORIENTAÇÃO DO RÓTULO POR FAIXA ETÁRIA
ALMOÇO (10:45 HS)	- ARROZ BRANCO (PAPA) - CALDINHO FEIJÃO - PURÊ DE CENOURA - CARNE MOÍDA REFOGADA - SALADA DE BETERRABA COZIDO E TOMATE	- ARROZ BRANCO -CALDINHO FEIJÃO - CARNE DE PANELA COM LEGUMES (REPOLHO/ CENOURA/ MANDIOCA) - ESPINAFRE REFOGADO	- ARROZ BRANCO (PAPA) - CALDINHO FEIJÃO - -ESTROGONOFF DE FRANGO - ACELGA REFOGADA - SALADA CENOURA COZIDA	- CALDINHO FEIJÃO - CARNE BOVINA DESFIADA PURÊ DE BATATA SALSA- - SALADA DE CHUCHU COZIDO	- ARROZ BRANCO (PAPA) - CALDINHO FEIJÃO - BATATA DOCE ASSADA COM ERVAS - FRANGO REFOGADO COM LEGUMES (TOMATE/ CENOURA/REPOLHO) -BROCOLIS NO VAPOR
LANCHE (12:30 HS)	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO	LEITE MATERNO OU MAMADEIRA FÓRMULA LÁCTEA INDICADA PELO MÉDICO
LANCHE (14:00 HS)	BANANA MAÇA AMASSADA	PAPAINHA DE MAÇÃ COZIDA	INHAMINHO (INHAME/ MORANGO/ BANANA) SEM AÇÚCAR	LARANJA LIMA	BANANA
JANTAR (15:45 HS)	- SOPA CREMOSA DE CABOTIÁ (FRANGO /MACARRÃO/ BATATA/ ESPINAFRE)	- POLENTA CREMOSA -MOLHO DE CARBE MOÍDA -BROCOLIS NO VAPOR	- SOPA CARNE MOÍDA (FUBÁ/ CENOURA E BATATA)	- MACARRÃO CABELO DE ANJO - MOLHO PEITO DE FRANGO DESFIADO - ESPINAFRE REFOGADO - CENOURA COZIDA	- SOPADE FEIJÃO COM CARNE BOVINA (BATATA SALSA/ CENOURA/ ARROZ)
	CHO: 66,98 g **PTN**: 17,48 g **LIP**: 13,07 g **CA:** 298,87 mg **FE**: 5,75 mg **VIT A:** 872,84 mcg **VIT C:** 87,24 mg **KCAL: 508,02**	**CHO**: 66,72 g **PTN**: 16,38 g **LIP**: 13,15 g **CA:** 288,78 mg **FE**: 5,89 mg **VIT A:** 465,65 mcg **VIT C:** 58,61 mg **KCAL: 508,99**	**CHO**: 67,61 g **PTN**: 15,61 g **LIP**: 12,86 g **CA:** 282,29 mg **FE**: 5,44 mg **VIT A:** 468,70 mcg **VIT C:** 66,83 mg **KCAL: 504,61**	**CHO**: 67,45 g **PTN**: 16,45 g **LIP**: 13,25 g **CA:** 320,52 mg **FE**: 5,98 mg **VIT A:** 422,07 mcg **VIT C:** 73,18 mg **KCAL: 524,61**	**CHO**: 66,38 g **PTN**:17,08 g **LIP**: 13,48 g **CA:** 377,49 mg **FE**: 5,60 mg **VIT A:** 1061,47 mcg **VIT C:** 80,66 mg **KCAL: 516,02**

KELLY PERSCEL
NUTRICIONISTA CRN 8/4906

Secretaria de Educação de Quedas do Iguaçu - PR
Merenda Escolar

SEMANA 1	CARDÁPIO CMEI APLV 2026			1 À 4 ANOS	
	SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
CAFÉ DA MANHÃ (08:00 HS)	- LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO CASEIRINHO -OVOS MEXIDOS	-CHÁ DE ERVAS COM LEITE DE SOJA OU ARROZ SEM AÇUCAR -CREPIOCA (OVOS, FARINHA DE TAPIOCA/ TOMATE PICADO/ ORÉGANO	-LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO INTEGRAL - CREME VEGETAL	-LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR PANQUECA (COM LEITE DE SOJA/ AVEIA/ BANANA/ CACAU (SEM AÇÚCAR)	-LEITE (SOJA U ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO CASEIRINHO - OVOS MEXIDOS
ALMOÇO (10:45 HS)	- ARROZ BRANCO -FEIJÃO -MACARRÃO -MOLHO DE CARNE MOÍDA -SALADA DE CENOURA E COUVE FLOR -MAÇÃ	- ARROZ BRANCO -FEIJÃO -PEITO DE FRANGO EM MOLHO -PURÊ DE BATATA -COUVE MANTEIGA REFOGADA -MAMÃO	- ARROZ BRANCO -FEIJÃO - CARNE BOVINA DESFIADA - MANDIOCA COZIDA -SALADA DE CENOURA E BETERRABA -MELÃO	-ARROZ BRANCO - FEIJÃO - MOLHO DE CARNE MOÍDA -POLENTA CREMOSA -ACELGA REFOGADA -LARANJA	-FEIJÃO - RISOTO COM (FRANGO/ TOMATE/ CENOURA/ BATATA) -SALADA DE BETERRABA COZIDA -ABACAXI
LANCHE DA TARDE (13:00 HS)	-LEITE SOJA OU ARROZ -BANANA OU VITAMINA (LEITE COM FRUTA)	LEITE SOJA OU ARROZ - MANGA	LEITE SOJA OU ARROZ -SALADA DE FRUTAS OU FRUTAS PICADAS SEPARADAMENTE (BANANA/ MAÇÃ/ LARANJA/ MANGA/)	LEITE SOJA OU ARROZ - MELÃO	- GELATINA CREMOSA (GELATINA SEM SABOR/ SUCO DE UVA INTEGRAL/ LEITE SOJA OU ARROZ) - BANANA
JANTAR (15:45 HS)	- FEIJÃO -POLENTA CREMOSA - MOLHO DE FRANGO - SALADA CENOURA E COUVE FLOR COZIDA	- SOPA DE FEIJÃO (CARNE BOVINA/ MACARRÃO (CENOURA / BATATA/ ABOBRINHA)	- FEIJÃO - QUIRERINHA (FRANGO/ TOMATE/ BATATA) -SALDADA ALFACE - SALADA CENOURA E BETERRABA RALADA	-SOPA DE LENTILHA (FRANGO/ BATATA SALSA/ ARROZ/ CENOURA)	SOPA DE CARNE BOVINA (CENOURA/ MANDIOCA/ COUVE/ MACARRÃO)
	CHO: 115,14 g **PTN**: 26,14 g **LIP**: 19,85 g **CA:** 384,75 mg **FE**: 3,77 mg **VIT A:** 444,71 mcg **VIT C:** 35,26 mg **KCAL: 745,43**	**CHO**: 106,97 g **PTN**: 26,93 g **LIP**: 21,86 g **CA:** 473,51 mg **FE**: 2,66 mg **VIT A:** 390,58 mcg **VIT C:** 112,51 mg **KCAL: 734,52**	**CHO**: 113,87 g **PTN**: 25,32 g **LIP**: 22,45 g **CA:** 428,18 mg **FE**: 3,95 mg **VIT A:** 501,58 mcg **VIT C:** 51,92 mg **KCAL: 752,99**	**CHO**: 104,59 g **PTN**: 27,82 g **LIP**: 20,47 g **CA:** 396,63 mg **FE**:4,18 mg **VIT A:** 315,93mcg **VIT C:** 57,98 mg **KCAL: 714,27**	**CHO**: 109,43 g **PTN**: 22,91 g **LIP**: 19,60 g **CA:** 386,83 mg **FE**: 2,44 mg **VIT A: 451,50 mcg** **VIT C:** 54,54 mg **KCAL: 709,05**

KELLY PERSCEL
NUTRICIONISTA CRN 8/4906

Secretaria de Educação de Quedas do Iguaçu - PR
Merenda Escolar

SEMANA 2	CARDÁPIO CMEI APLV 2026			1 À 4 ANOS	
	SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
CAFÉ DA MANHÃ (08:00 HS)	- LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO CASEIRINHO -OVOS MEXIDOS	-CHÁ DE ERVAS COM LEITE DE SOJA OU ARROZ SEM AÇUCAR -CREPIOCA (OVOS, FARINHA DE TAPIOCA/ TOMATE PICADO/ ORÉGANO	-LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO INTEGRAL - CREME VEGETAL	-LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR PANQUECA (COM LEITE DE SOJA/ AVEIA/ BANANA/ CACAU (SEM AÇÚCAR)	-LEITE (SOJA U ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO CASEIRINHO - OVOS MEXIDOS
ALMOÇO (10:45 HS)	-ARROZ BRANCO - FEIJÃO CARIOCA -BATATA REFOGADA - PEITO DE FRANGO DESFIADO EM MOLHO - SALADA DE TOMATE E BETERRABA COZIDA -SALADA DE ALFACE -MELANCIA	-ARROZ BRANCO -FEIJÃO - PURÊ DE CABOTIÁ -MOLHO DE CARNE MOÍDA -REPOLHO REFOGADO -LARANJA	-FEIJÃO - MANDIOCA COZIDA - PEITO DE FRANGO DESFIADO EM MOLHO - SALADA DE ALFACE E CENOURA COZIDA -MELÃO	-ARROZ BRANCO -FEIJÃO -BATATA DOCE ASSADA - MOLHO DE CARNE BOVINA -SALADA DE BETERRABA E CHUCHU COZIDO -MELANCIA	-ARROZ BRANCO -FEIJÃO - PURÊ DE BATATA SALSA -FRANGO ASSADO - SALADA DE BROCOLIS COZIDO - SALADA DE BETERRABA COZIDA ABACAXI
LANCHE DA TARDE (13:00 HS)	-LEITE (SOJA OU ARROZ) -BANANA OU VITAMINA (LEITE COM FRUTA)	- LEITE (SOJA OU ARROZ) -MAÇÃ	- LEITE (SOJA OU ARROZ) -SALADA DE FRUTAS OU FRUTAS PICADAS SEPARADAMENTE (BANANA/ MAÇÃ/ LARANJA/ MANGA/)	-LEITE (SOJA OU ARROZ) -MAMÃO OU VITAMINA (LEITE COM FRUTA)	BANANA E MORANGO (
JANTAR (15:45 HS)	SOPA DE FRANGO (BATATA DOCE/ CENORA/ ARROZ/ ESPINAFRE)	MACARRÃO ESPAGUETE MOLHO DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES (BATATA/ CENOURA) SALADA BROCOLIS COZIDO E CHUCHU	SOPA DE FEIJÃO (CARNE BOVINA/ MACARRÃO CENOURA/ CHUCHU/ BATATA)	POLENTA CREMOSA MOLHO CARNE MOÍDA COM LEGUMES (CENOURA/ ABOBRINHA/ BATATA	SOPA CREMOSA DE MANDIOCA COM (CARNE BOVINA/ CENOURA/ MACARRÃO/ ESPINAFRE)
	CHO:107,99 g **PTN**: 25,82g **LIP**: 20,19g **CA:** 402,90 mg **FE**: 3,54 mg **VIT A:** 1283,30 mcg **VIT C:** 47,60 mg **KCAL: 723,12**	**CHO**: 113,06 g **PTN**: 27,03 g **LIP**: 19,63 g **CA:** 477,24 mg **FE**: 2,66 mg **VIT A:** 559,60 mcg **VIT C:** 70,78 mg **KCAL: 738,72**	**CHO**: 106,90 g **PTN**: 24,86 g **LIP**: 20,06 g **CA:** 423,95 mg **FE**: 3,42 mg **VIT A**: 477,72 mcg **VIT C:** 57,16 mg **KCAL: 717,33**	**CHO**: 108,60 g **PTN**: 27,29g **LIP**: 20,91g **CA:** 410,94 mg **FE**: 3,80mg **VIT A:** 2207,53 mcg **VIT C:** 86,05mg **KCAL: 726,25**	**CHO**: 104,24 g **PTN**: 25,48 g **LIP**: 20,19 g **CA:** 462,12 mg **FE**: 2,43 mg **VIT A:** 351,33 mcg **VIT C:** 63,91 mg **KCAL: 700,65**

KELLY PERSCEL
NUTRICIONISTA CRN 8/4906

Secretaria de Educação de Quedas do Iguaçu - PR
Merenda Escolar

SEMANA 3	CARDÁPIO CMEI APLV 2026			1 À 4 ANOS	
	SEGUNDA	**TERÇA**	**QUARTA**	**QUINTA**	**SEXTA**
CAFÉ DA MANHÃ (08:00 HS)	- LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO CASEIRINHO -OVOS MEXIDOS	-CHÁ DE ERVAS COM LEITE DE SOJA OU ARROZ SEM AÇUCAR -CREPIOCA (OVOS, FARINHA DE TAPIOCA/ TOMATE PICADO/ ORÉGANO	-LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO INTEGRAL - CREME VEGETAL	-LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR PANQUECA (COM LEITE DE SOJA/ AVEIA/ BANANA/ CACAU (SEM AÇÚCAR)	-LEITE (SOJA U ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO CASEIRINHO - OVOS MEXIDOS
ALMOÇO (10:45 HS)	- FEIJÃO/ ARROZ -MACARRÃO -MOLHO CARNE MOÍDA - COUVE FLOR NO VAPOR - SALADA DE CENOURA COZIDA -LARANJA	- ARROZ BRANCO - FEIJÃO -CREME DE ABOBÓRA COM FRANGO - ACELGA REFOGADA - SALDA DE BETERRABA COZIDA -SALADA DE ALFACE -MANGA	-ARROZ - FEIJÃO -MANDIOCA COZIDA -MOLHO CARNE BOVINA DESFIADA - COUVE MANTEIGA REFOGADA - SALADA DE CENOURA COZIDA -MELÃO	- FEIJÃO / ARROZ - POLENTA CREMOSA - FRANGO EM MOLHO - ABOBRINHA REFOGADA COM CENOURA -LARANJA	- ARROZ BRANCO - FEIJÃO -PURÊ DE BATATA -CARNE PANELA COM LEGUMES (CENOURA/ COUVE FLOR) - REPOLHO REFOGADO -MAÇÃ
LANCHE DA TARDE (13:00 HS)	-LEITE (SOJA OU ARROZ) -MAMÃO OU VITAMINA (LEITE COM FRUTA)	- LEITE (SOJA OU ARROZ) - MAÇÃ	- LEITE (SOJA OU ARROZ) -SALADA DE FRUTAS OU FRUTAS PICADAS SEPARADAMENTE (BANANA/ MAÇÃ/ LARANJA/ MANGA/)	- LEITE (SOJA OU ARROZ) MANGA	- LEITE (SOJA OU ARROZ) BOLO DE AVEIA, BANANA, E UVA PASSA (SEM AÇÚCAR)
JANTAR (15:45 HS)	-FEIJÃO- -RISOTO COM (FRANGO/ TOMATE E CENOURA). SALADA DE REPOLHO	- SOPA DE LENTILHA (CARNE BOVINA/ MACARRÃO (CENOURA/ ABOBRINHA/ BATATA/ CHUCHU)	- FEIJÃO QUIRERINHA COM CARNE DE FRANGO (TOMATE / CENOURA) SALADA DE ALFACE	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA ARROZ / MORANGA/ BATATA/ CENOURA	SOPA CREMOSA DE MANDIOCA COM FRANGO/ CENOURA/ COUVE
	CHO: 102,28 g **PTN**: 25,62 g **LIP**: 21,99 g **CA:** 408,33 mg **FE**: 3,02 mg **VIT A:** 444,07 mcg **VIT C:** 96,94 mg **KCAL: 721,02**	**CHO**: 112,86 g **PTN**: 27,58 g **LIP**: 20,49 g **CA:** 460,35 mg **FE**: 3,03 mg **VIT A:** 594,97 mcg **VIT C:** 36,30 mg **KCAL: 739,65**	**CHO**: 103,53 g **PTN**: 24,93 g **LIP**: 20,42 **CA:** 432,77 mg **FE**: 3,77 mg **VIT A:** 559,09 mg **VIT C:** 54,73 mg **KCAL: 697,60**	**CHO**: 104,05 g **PTN**: 27,44 g **LIP**:22,66 g **CA:** 404,05 mg **FE**: 3,92 mg **VIT A:** 627,18 mcg **VIT C:** 76,72 mg **KCAL: 728,23**	**CHO**: 104,99 g **PTN**: 26,67 g **LIP**: 26,74 g **CA:** 470,29 mg **FE**: 3,34 mg **VIT A:** 468,43 mcg **VIT C:** 49,66 mg **KCAL: 786,92**

KELLY PERSCEL
NUTRICIONISTA CRN 8/4906

SEMANA 4	CARDÁPIO CMEI APLV 2026			1 À 4 ANOS	
	SEGUNDA	TERÇA	QUARTA	QUINTA	SEXTA
CAFÉ DA MANHÃ (08:00 HS)	- LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO CASEIRINHO -OVOS MEXIDOS	-CHÁ DE ERVAS COM LEITE DE SOJA OU ARROZ SEM AÇUCAR -CREPIOCA (OVOS, FARINHA DE TAPIOCA/ TOMATE PICADO/ ORÉGANO	-LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO INTEGRAL - CREME VEGETAL	-LEITE (SOJA OU ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR PANQUECA (COM LEITE DE SOJA/ AVEIA/ BANANA/ CACAU (SEM AÇÚCAR)	-LEITE (SOJA U ARROZ) COM CACAU SEM AÇUCAR -PÃO CASEIRINHO - OVOS MEXIDOS
ALMOÇO (10:45 HS)	- ARROZ BRANCO - FEIJÃO CARIOCA - CENOURA SAUT - CARNE MOÍDA REFOGADA - SALADA DE BETERRABA COZIDA -SALADA DE TOMATE -LARANJA	- ARROZ BRANCO -FEIJÃO - CARNE DE PANELA COM LEGUMES (REPOLHO/CENOURA/ MANDIOCA) -SALADA DE ALFACE -SALADA DE PEPINO -MELANCIA	- ARROZ BRANCO - FEIJÃO - ESTROGONOFF DE FRANGO -BATATA ASSADA COM ERVAS - ACELGA REFOGADA - SALADA DE CENOURA COZIDA MELÃO	- ARROZ BRANCO - FEIJÃO - CARNE BOVINA DESFIADA -PURÊ DE BATATA SALSA - SALADA DE CHUCHU COZIDO LARANJA	- ARROZ BRANCO - FEIJÃO - BATATA DOCE ASSADA COM ERVAS - FRANGO REFOGADO COM LEGUMES (TOMATE/ CENOURA) -BROCOLIS NO VAPOR SALADA DE REPOLHO ABACAXI
LANCHE DA TARDE (13:00 HS)	-LEITE (SOJA OU ARROZ) -BANANA OU VITAMINA (LEITE COM FRUTA)	-LEITE (SOJA OU ARROZ) - MAÇÃ	- LEITE (SOJA OU ARROZ) -SALADA DE FRUTAS OU FRUTAS PICADAS SEPARADAMENTE (BANANA/ MAÇÃ/ LARANJA/ MANGA/)	-LEITE (SOJA OU ARROZ) -MAMÃO OU VITAMINA (LEITE COM FRUTA)	VITAMINA (LEITE DE SOJA OU ARROZ) BANANA E MORANGO
JANTAR (15:45 HS)	- SOPA CREMOSA DE CABOTIÁ (FRANGO / MACARRÃO/ BATATA/ ESPINAFRE)	-POLENTA CREMOSA -MOLHO DE CARBE MOÍDA -BROCOLIS NO VAPOR	- SOPA CARNE MOÍDA (FUBÁ/ CENOURA/BATATA/ MACARRÃO)	- MACARRÃO - MOLHO PEITO DE FRANGO DESFIADO - ESPINAFRE REFOGADO -SALADA DE CENOURA COZIDA	- SOPADE FEIJÃO COM CARNE BOVINA (BATATA SALSA/ CENOURA/ ARROZ)
	CHO: 108,03 g **PTN**: 24,95 g **LIP**: 21,76 g **CA:** 409,77 mg **FE**: 3,62 mg **VIT A:** 585,68 mcg **VIT C:** 68,36 mg **KCAL: 753,37**	**CHO**: 111,56 g **PTN**: 27,75 g **LIP**: 19,97 g **CA:** 464,45 mg **FE**: 3,30 mg **VIT A:** 411,13 mcg **VIT C:** 33,38 mg **KCAL: 727,56**	**CHO**: 106,39 g **PTN**: 25,17 g **LIP**: 20,01 g **CA:** 421,43 mg **FE**: 3,65 mg **VIT A:** 551 mcg **VIT C:** 61,40 mg **KCAL: 711,13**	**CHO**: 105,34 g **PTN**: 26,60 g **LIP**: 21,26 g **CA:** 436,49 mg **FE**: 3,23 mg **VIT A:** 430,36 mcg **VIT C:** 129,46 mg **KCAL: 724,57**	**CHO**: 105,55 g **PTN**: 26,81 g **LIP**: 20,72 g **CA:** 473,14 mg **FE**: 2,97 mg **VIT A:** 1918,20 mcg **VIT C:** 80,77 mg **KCAL: 711,07**

KELLY PERSCEL
NUTRICIONISTA CRN 8/4906

ORIENTAÇÕES TÉCNICAS – CARDÁPIO APLV

Alergia à Proteína do Leite de Vaca (APLV)

Este cardápio foi elaborado **exclusivamente para atendimento de escolares com diagnóstico de Alergia à Proteína do Leite de Vaca (APLV)**, conforme prescrição e laudo médico apresentado à unidade escolar.

O QUE É APLV?

APLV significa **Alergia à Proteína do Leite de Vaca**.

A criança com APLV **NÃO PODE consumir nenhum alimento que contenha leite ou derivados**, mesmo que seja:

- Zero lactose
- Sem lactose
- Em pequena quantidade

☞ Zero lactose NÃO é permitido.

ALIMENTOS PROIBIDOS

Não utilizar:

- Leite de vaca
- Leite em pó
- Queijo
- Iogurte
- Requeijão
- Manteiga
- Creme de leite
- Margarina com leite
- Soro de leite
- Caseína
- Produtos que contenham leite no rótulo

Sempre ler o rótulo antes de usar qualquer produto industrializado.

ALIMENTOS PERMITIDOS

- Leite materno (quando enviado)
- Fórmula infantil indicada pelo médico
- Leite de soja ou arroz (maiores de 1 ano)
- Creme vegetal 100% sem leite
- Arroz, feijão, carnes, frutas, verduras e legumes do cardápio

Atenção à leitura de rótulos

Todos os gêneros alimentícios industrializados utilizados devem apresentar no rótulo a informação:

“**NÃO CONTÉM LEITE E DERIVADOS”**

ou

“NÃO CONTÉM ALÉRGENOS DO LEITE”, conforme RDC nº 360/2003 e RDC nº 26/2015 – ANVISA.

É vedado o uso de produtos com a indicação **“PODE CONTER LEITE”** para alunos com APLV.

CUIDADO COM CONTAMINAÇÃO CRUZADA

Mesmo uma pequena quantidade de leite pode causar reação alérgica.

É OBRIGATÓRIO:

✓ Lavar bem as mãos antes de manipular o alimento da criança APLV
✓ Preparar primeiro a refeição da criança alérgica
✓ Separar alimentos e utensílios
✓ Identificar o prato da criança
✓ Armazenar separado na geladeira

CUIDADOS COM ESPONJA, PANOS E LIMPEZA

A contaminação pode acontecer através de:

- Esponja de louça
- Panos de prato
- Panos de limpeza
- Bancadas
- Tábuas de corte
- Liquidificador
- Colheres de preparo
- Facas
- Panelas

Procedimentos obrigatórios:

✓ Utilizar **esponja exclusiva** para utensílios da criança APLV
✓ Se não houver esponja exclusiva, utilizar esponja nova e higienizada
✓ Trocar a esponja com frequência
✓ Utilizar pano de prato limpo e separado
✓ Higienizar bancadas antes do preparo
✓ Lavar e enxaguar bem utensílios antes do uso
✓ Não secar utensílios da criança com pano usado para outros alimentos
✓ Não usar o mesmo liquidificador sem lavar e higienizar completamente

NÃO FAZER

❌ Não usar a mesma colher para provar alimentos
❌ Não usar a mesma panela sem higienização adequada
❌ Não reutilizar óleo ou preparo que teve contato com leite
❌ Não apoiar utensílios da criança APLV em superfície suja

Adequação nutricional

O cardápio foi planejado para:

- Garantir **oferta adequada de proteínas**, por meio de carnes, ovos e leguminosas
- Compensar a exclusão do leite com alimentos fontes de **cálcio não lácteo**, como vegetais verde-escuros, leguminosas e bebidas vegetais quando indicadas
- Atender às recomendações nutricionais do **PNAE/FNDE**, respeitando hábitos alimentares regionais

Substituições autorizadas

Em caso de indisponibilidade de algum item, as substituições deverão:

- Manter a **ausência total de leite e derivados**
- Preservar o **valor nutricional equivalente**
- Ser autorizadas pelo nutricionista responsável

IMPORTANTE

- Conferir sempre o nome da criança antes de servir.
- Em caso de dúvida, não servir e comunicar a direção ou nutricionista.
- Se houver reação (manchas, inchaço, vômito, coceira), avisar imediatamente a coordenação.

Responsabilidade técnica

O presente cardápio e este anexo foram elaborados sob responsabilidade de nutricionista habilitado, em conformidade com a legislação vigente do Conselho Federal de Nutricionistas (CFN) e normas do Programa Nacional de Alimentação Escolar (PNAE/FNDE).

Nutricionista Responsável: Kelly Simone Perscel

CRN 8/ 4906

Data: 10/02/206