

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

02/02/2026 - 06/02/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. SUCO DE ABACAXI 2. FAROFA DE OVO	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM NATA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE PURO 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MANGA	1. BANANA NANICA	1. UVA	1. MAMÃO	1. MELANCIA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. MACARRÃO PARAFUSO 3. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO COM ERVILHA SECA	1. SALADA DE ALFACE COM REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. PURÊ DE BATATA INGLESA	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª COM CEBOLA E TOMATE 5. ABÓBORA CABOTIÁ COZIDA	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE SUÍNA DE PANELA 5. BATATA DOCE COZIDA	1. CHUCHU COZIDO 2. ARROZ COM CENOURA 3. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 4. QUIABO REFOGADO 5. FEIJÃO PRETO
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MANGA	1. BANANA NANICA	1. UVA	1. MAMÃO	1. MELANCIA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min			1. PÃO COM MANTEIGA		
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE PEPINO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM LEGUMES (cenoura, chuchu e batata)	1. SALADA DE COUVE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE SUÍNA COM QUIRERA	1. BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. MACARRÃO PENNE	1. SALADA DE REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. OVO MEXIDO 5. SALADA DE BRÓCOLIS COM CENOURA	1. SOPA DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES E MACARRÃO DE SOPA (cenoura, chuchu, batata, abóbora e repolho)
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, ERVILHA SECA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, LOURO, MACARRÃO PARAFUSO, MANGA TOMMY, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE ABACAXI, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, COUVE MANTEIGA, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LEITE PASTEURIZADO TIPO C, LOURO, MARGARINA VEGETAL, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), QUIRERA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CACAU EM PÓ 100%, CEBOLA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PENNE, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, UVA, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, AVEIA EM FLOCOS, BANANA NANICA, BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MAMÃO FORMOSA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA MORANGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, MILHO VERDE ESPIGA, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, QUIABO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 727,91	Proteínas 10% a 15% do VET 29,32 16%	Lípidios 15% a 30% do VET 17,64 22%	Carboidratos 55% a 65% do VET 115,32 63%	Fibra alimentar 12,26
	Cálcio, Ca 205,56	Ferro, Fe 4,40	Sódio, Na 1.179,02	Retinol 65,81	Vitamina C 59,47
	Vitamina A, RAE 172,81				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

09/02/2026 - 13/02/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE PURO 2. PÃO COM MANTEIGA	1. SUCO DE ACEROLA 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE GOIABA 2. PÃO COM NATA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. GOIABA	1. MELANCIA	1. MAMÃO
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE ACELGA COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. BATATA INGLESA COZIDA	1. SALADA DE TOMATE 2. LENTILHA COM BATATA 3. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 4. ARROZ BRANCO	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. RAGU DE CARNE SUINA	1. SALADA DE PEPINO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. MACARRÃO CARACOL	1. BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. BOBÓ DE FRANGO
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. GOIABA	1. MELANCIA	1. MAMÃO
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE REPOLHO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO COM CENOURA, ABOBRINHA E BATATA	1. BRÓCOLIS COZIDO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. ISCAS DE CARNE BOVINA DE 1ª ACEBOLADA 5. ABÓBORA PAULISTA E ABOBRINHA REFOGADA	1. SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 2. RISOTO DE FILÉ DE PEITO DE FRANGO COM CENOURA RALADA 3. ERVILHA REFOGADA 4. FAROFA DE BETERRABA	1. SALADA DE CENOURA COM CHUCHU 2. ISCAS DE FÍGADO ACEBOLADO 3. ARROZ BRANCO 4. FEIJÃO CARIOCA	1. SOPA DE CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM MACARRÃO E LEGUMES (chuchu, batata, cenoura e repolho)
Ingredientes	ABOBRINHA VERDE, ACELGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MARGARINA VEGETAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, BRÓCOLIS, CEBOLA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LENTILHA, LOURO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BETERRABA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, ERVILHA CONGELADA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, GOIABA, LIMÃO COMUM, LOURO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE ACEROLA, REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, RUCULA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FÍGADO BOVINO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO CARACOL, MELANCIA, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE GOIABA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LEITE DE COCO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MAMÃO FORMOSA, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MILHO VERDE, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 749,76	Proteínas 10% a 15% do VET 31,68 17%	Lípidios 15% a 30% do VET 15,92 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 122,63 65%	Fibra alimentar 15,49
	Cálcio, Ca 205,51	Ferro, Fe 5,31	Sódio, Na 1.227,33	Retinol 617,78	Vitamina C 160,87
	Vitamina A, RAE 754,66				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE
CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

16/02/2026 - 20/02/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min			1. SUCO DE ACEROLA COM CENOURA 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE CUPUAÇU 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min			1. MELANCIA	1. BANANA NANICA	1. LARANJA
ALMOÇO 10h00min			1. SALADA DE REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM MANDIOCA	1. SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 2. ABÓBORA PAULISTA E ABOBRINHA REFOGADA 3. ARROZ BRANCO 4. FEIJÃO CARIOCA 5. ESCONDIDINHO DE FRANGO COM PURÊ DE BATATA	1. SALADA DE BETERRABA COM CENOURA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJOADA DE LEGUMES COM CARNE SUÍNA (Ab. cabotiá, cenoura, chuchu, repolho e abobrinha) 4. FAROFA DE COUVE
HIDRATAÇÃO 13h30min			1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. LARANJA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					
JANTAR 15h30min			1. SALADA DE ACELGA COM TOMATE 2. CUSCUZ 3. PEITO DE FRANGO AO MOLHO COM CENOURA, ABOBRINHA E BATATA	1. SALADA DE VAGEM COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª 5. ABÓBORA CABOTIÁ REFOGADA	1. SOPA DE FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, CARNE BOVINA DESFIADA COM CENOURA, CHUCHU E ABOBRINHA
Ingredientes			ABOBRINHA VERDE, ACELGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, POLPA DE ACEROLA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, POLPA DE CUPUAÇU, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, VAGEM, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COUVE MANTEIGA, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FEIJÃO PRETO, FLOCOS DE MILHO, LARANJA, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, VINAGRE DE VINHO TINTO
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 666,85	Proteínas 10% a 15% do VET 26,21 16%	Lípidios 15% a 30% do VET 11,32 15%	Carboidratos 55% a 65% do VET 117,60 71%	Fibra alimentar 11,55
	Cálcio, Ca 187,66	Ferro, Fe 4,26	Sódio, Na 852,09	Retinol 50,67	Vitamina C 95,34
	Vitamina A, RAE 221,91				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

23/02/2026 - 27/02/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. SUCO DE GOIABA (POLPA) 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE MARACUJÁ COM BANANA 2. PÃO COM NATA	1. LEITE PURO 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. ABACAXI	1. PONCÃ / MEXERICA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA RALADA 5. MACARRÃO PARAFUSO	1. SALADA DE ALFACE E REPOLHO ROXO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FAROFA DE FÍGADO BOVINO E CENOURA	1. SALADA DE COUVE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FRANGO COM CENOURA 5. POLENTA	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. OVO MEXIDO 5. LEGUMES REFOGADOS (batata, chuchu e cenoura)	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO COM ABÓBORA CABOTIÁ E BATATA INGLESA
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. MELANCIA	1. PONCÃ / MEXERICA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min				1. ABACAXI	
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. LENTILHA COM BATATA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª COM CEBOLA E TOMATE	1. SALADA DE ALFACE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. ESTROGONOFE DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES	1. SALADA DE ALFACE, PEPINO E CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO SUÍNO À CARIOCA (cenoura, batata, pimentão e vagem)	1. SALADA DE BRÓCOLIS COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. MANDIOCA COZIDA	1. SOPA DE CARNE BOVINA MOÍDA, LEGUMES E MACARRÃO DE SOPA (batata, cenoura, chuchu e abobrinha)
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LEITE INTEGRAL UHT, LENTILHA, LOURO, MACARRÃO PARAFUSO, MANTEIGA COM SAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABOBRINHA VERDE, ALFACE, ALHO, AMIDO DE MILHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FÍGADO BOVINO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MILHO VERDE, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COUVE MANTEIGA, COXA E SOBRECOPA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FUBÁ DE MILHO, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE GOIABA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VAGEM, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABACAXI PÉROLA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, BRÓCOLIS, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MELANCIA, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE MARACUJÁ, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ABOBRINHA VERDE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CHUCHU, FEIJÃO CARIOCA, FLOCOS DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PEPINO, PONCÃ, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 879,01	Proteínas 10% a 15% do VET 31,19 14%	Lípidios 15% a 30% do VET 18,77 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 150,76 69%	Fibra alimentar 13,79
	Cálcio, Ca 207,33	Ferro, Fe 5,60	Sódio, Na 1.171,61	Retinol 614,20	Vitamina C 78,18
	Vitamina A, RAE 718,27				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

02/03/2026 - 06/03/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE PURO 2. PÃO COM NATA	1. SUCO DE MANGA (POLPA) 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. UVA	1. MAMÃO	1. MELANCIA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO COM ERVILHA SECA 5. POLENTA	1. SALADA DE ALFACE COM REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. PURÊ DE BATATA INGLESA	1. SALADA DE TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª COM CEBOLA E TOMATE 5. ABÓBORA CABOTIÁ COZIDA	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE SUÍNA DE PANELA 5. BATATA DOCE COZIDA	1. CHUCHU COZIDO 2. ARROZ COM CENOURA 3. CARNE BOVINA MOÍDA COM MANDIOCA 4. FEIJÃO PRETO
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. UVA	1. MAMÃO	1. MELANCIA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min	1. PÃO COM NATA		1. BANANA MAÇÃ		
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE PEPINO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM LEGUMES (cenoura, chuchu e batata)	1. SALADA DE COUVE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. RAGU DE CARNE SUINA 5. MANDIOCA COZIDA	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. MACARRÃO PARAFUSO	1. SALADA DE REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. OVO MEXIDO 5. SALADA DE BRÓCOLIS COM CENOURA	1. SOPA DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES E MACARRÃO DE SOPA (cenoura, chuchu, batata, abóbora e repolho)
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, ERVILHA SECA, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FUBÁ DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELÃO NACIONAL, NATA, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COUVE MANTEIGA, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LEITE PASTEURIZADO TIPO C, LIMÃO COMUM, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MARGARINA VEGETAL, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA MAÇA, BETERRABA, CEBOLA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LOURO, MACARRÃO PARAFUSO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, UVA, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, polpa de manga	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, AVEIA EM FLOCOS, BANANA NANICA, BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MAMÃO FORMOSA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA MORANGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHUCHU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, MILHO VERDE ESPIGA, OLEO DE SOJA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 783,44	Proteínas 10% a 15% do VET 30,62 16%	Lípidios 15% a 30% do VET 18,27 21%	Carboidratos 55% a 65% do VET 126,71 65%	Fibra alimentar 12,99
	Cálcio, Ca 204,51	Ferro, Fe 4,92	Sódio, Na 1.212,07	Retinol 61,14	Vitamina C 62,36
	Vitamina A, RAE 160,01				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

09/03/2026 - 13/03/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE PURO 2. PÃO COM MANTEIGA	1. SUCO DE ABACAXI 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE GOIABA 2. PÃO COM NATA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. GOIABA	1. MELANCIA	1. MAMÃO
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE ACELGA COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. BATATA INGLESA COZIDA	1. SALADA DE TOMATE 2. LENTILHA COM BATATA 3. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 4. ARROZ BRANCO	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE SUÍNA COM LEGUMES (cenoura, batata e abóbora cabotiá)	1. SALADA DE PEPINO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. MACARRÃO PENNE	1. BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. BOBÓ DE FRANGO
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. GOIABA	1. MELANCIA	1. MAMÃO
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE REPOLHO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO COM CENOURA, ABOBRINHA E BATATA	1. BRÓCOLIS COZIDO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. ISCAS DE CARNE BOVINA DE 1ª ACEBOLADA 5. ABÓBORA PAULISTA E ABOBRINHA REFOGADA	1. SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 2. RISOTO DE FILÉ DE PEITO DE FRANGO COM CENOURA RALADA 3. ERVILHA REFOGADA 4. FAROFA DE BETERRABA	1. SALADA DE CENOURA COM CHUCHU 2. ISCAS DE FÍGADO ACEBOLADO 3. ARROZ BRANCO 4. FEIJÃO CARIOCA	1. SOPA DE CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM MACARRÃO E LEGUMES (chuchu, batata, cenoura e repolho)
Ingredientes	ABOBRINHA VERDE, ACELGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MARGARINA VEGETAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, BRÓCOLIS, CEBOLA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LENTILHA, LOURO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABÓBORA CABOTIÁ, ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, ERVILHA CONGELADA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, GOIABA, LIMÃO COMUM, LOURO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE ABACAXI, REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, RUCULA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FÍGADO BOVINO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PENNE, MELANCIA, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE GOIABA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LEITE DE COCO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MAMÃO FORMOSA, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MILHO VERDE, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 747,57	Proteínas 10% a 15% do VET 31,77 17%	Lípidios 15% a 30% do VET 15,55 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 122,83 66%	Fibra alimentar 15,58
	Cálcio, Ca 206,30	Ferro, Fe 5,30	Sódio, Na 1.189,03	Retinol 617,78	Vitamina C 124,67
	Vitamina A, RAE 770,24				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

16/03/2026 - 20/03/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE PURO 2. PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO	1. SUCO DE ACEROLA COM CENOURA 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE CUPUAÇU 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. MANGA	1. MELANCIA	1. PONCÃ / MEXERICA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM ERVILHA CONGELADA	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. QUIABO REFOGADO	1. SALADA DE REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM MANDIOCA	1. SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 2. ABÓBORA PAULISTA E ABOBRINHA REFOGADA 3. ARROZ BRANCO 4. FEIJÃO CARIOCA 5. ESCONDIDINHO DE FRANGO COM PURÊ DE BATATA	1. VINAGRETE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJOADA DE LEGUMES COM CARNE SUÍNA (Ab. cabotiá, cenoura, chuchu, repolho e abobrinha) 4. FAROFA DE CENOURA
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. MANGA	1. MELANCIA	1. PONCÃ / MEXERICA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE REPOLHO COM CENOURA 2. MACARRÃO CARACOL 3. CARNE BOVINA MOÍDA COM ABÓBORA CABOTIÁ E BATATA INGLESA	1. SALADA DE ALFACE COM PEPINO E TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. DUETO DE CARNE SUÍNA COM BATATA DOCE	1. SALADA DE ACELGA COM TOMATE 2. CUSCUZ 3. PEITO DE FRANGO AO MOLHO COM CENOURA, ABOBRINHA E BATATA	1. SALADA DE VAGEM COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª 5. ABÓBORA CABOTIÁ REFOGADA	1. SOPA DE FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, CARNE BOVINA DESFIADA COM CENOURA, CHUCHU E ABOBRINHA
Ingredientes	ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, ERVILHA CONGELADA, FEIJÃO CARIOCA, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO CARACOL, MANTEIGA COM SAL, MELÃO NACIONAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA DOCE, BETERRABA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, PÃO FRANCÊS, QUIABO, REQUEIJÃO CASEIRO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ABOBRINHA VERDE, ACELGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MANGA TOMMY, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, POLPA DE ACEROLA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, POLPA DE CUPUAÇU, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, VAGEM, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FEIJÃO PRETO, FLOCOS DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PONCÃ, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 717,50	Proteínas 10% a 15% do VET 27,52 15%	Lipídios 15% a 30% do VET 12,99 16%	Carboidratos 55% a 65% do VET 126,44 70%	Fibra alimentar 11,95
	Cálcio, Ca 195,42	Ferro, Fe 4,37	Sódio, Na 1.046,57	Retinol 50,36	Vitamina C 55,00
	Vitamina A, RAE 170,39				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

23/03/2026 - 27/03/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. SUCO DE GOIABA (POLPA) 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE MARACUJÁ COM BANANA 2. PÃO COM NATA	1. LEITE PURO 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. ABACAXI	1. PONCÃ / MEXERICA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA RALADA 5. MACARRÃO PARAFUSO	1. SALADA DE ALFACE E REPOLHO ROXO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FAROFA DE FÍGADO BOVINO E CENOURA	1. SALADA DE COUVE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FRANGO COM CENOURA 5. POLENTA	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. OVO MEXIDO 5. LEGUMES REFOGADOS (batata, chuchu e cenoura)	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO COM ABÓBORA CABOTIÁ E BATATA INGLESA
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. MELANCIA	1. PONCÃ / MEXERICA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min				1. ABACAXI	
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. LENTILHA COM BATATA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª COM CEBOLA E TOMATE	1. SALADA DE ALFACE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. ESTROGONOFE DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES	1. SALADA DE ALFACE, PEPINO E CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. DUETO DE CARNE SUÍNA COM BATATA DOCE	1. SALADA DE BRÓCOLIS COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. MANDIOCA COZIDA	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM TOMATE 2. MACARRÃO PENNE 3. CARNE BOVINA MOÍDA COM ERVILHA CONGELADA
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LEITE INTEGRAL UHT, LENTILHA, LOURO, MACARRÃO PARAFUSO, MANTEIGA COM SAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABOBRINHA VERDE, ALFACE, ALHO, AMIDO DE MILHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FÍGADO BOVINO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MILHO VERDE, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA DOCE, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COUVE MANTEIGA, COXA E SOBRECOPA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FUBÁ DE MILHO, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE GOIABA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABACAXI PÉROLA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, BRÓCOLIS, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MELANCIA, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE MARACUJÁ, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, COLORAU, ERVILHA CONGELADA, FEIJÃO CARIOCA, FLOCOS DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PENNE, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PEPINO, PONCÃ, REPOLHO ROXO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 865,27	Proteínas 10% a 15% do VET 31,03 14%	Lípidios 15% a 30% do VET 18,54 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 148,10 68%	Fibra alimentar 14,02
	Cálcio, Ca 208,86	Ferro, Fe 5,65	Sódio, Na 1.298,40	Retinol 614,22	Vitamina C 78,41
	Vitamina A, RAE 703,56				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

30/03/2026 - 03/04/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE PURO 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM NATA	1. VITAMINA DE MARACUJÁ COM BANANA 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE PURO 2. PÃO COM NATA	
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. UVA	1. MELANCIA	
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FAROFA DE CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. MACARRÃO PARAFUSO 3. FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. ARROZ BRANCO 3. MOJICA DE FILÉ DE TILÁPIA	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. CUSCUZ 3. CALDO DE FEIJÃO PRETO 4. OVO MEXIDO	
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. UVA	1. MELANCIA	
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE COUVE, CENOURA E PEPINO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. FAROFA DE LEGUMES	1. SALADA DE TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. POLENTA RECHEADA COM PEITO DE FRANGO E CENOURA RALADA	1. SALADA DE ACELGA COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. OVO COZIDO AO MOLHO 5. BETERRABA COZIDA	1. SALADA DE BETERRABA COM CENOURA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. ESCONDIDINHO DE FILÉ DE TILÁPIA	
Ingredientes	ABOBRINHA VERDE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COUVE MANTEIGA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELÃO NACIONAL, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, CACAU EM PÓ 100%, CEBOLA, CENOURA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FUBÁ DE MILHO, Filé de Tilápia , LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARAFUSO, MILHO VERDE, NATA, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ACELGA, ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, Filé de Tilápia , LEITE DE COCO, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE MARACUJÁ, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), RUCULA, SAL REFINADO, TOMATE, UVA, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, ERVILHA CONGELADA, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FEIJÃO PRETO, FLOCOS DE MILHO, Filé de Tilápia , LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, MILHO VERDE, NATA, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 672,13	Proteínas 10% a 15% do VET 20,52 12%	Lípidios 15% a 30% do VET 14,65 20%	Carboidratos 55% a 65% do VET 117,48 70%	Fibra alimentar 10,63
	Cálcio, Ca 210,22	Ferro, Fe 3,84	Sódio, Na 965,10	Retinol 80,98	Vitamina C 31,97
	Vitamina A, RAE 132,22				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

06/04/2026 - 10/04/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. SUCO DE MANGA (POLPA) 2. FAROFA DE OVO	1. LEITE PURO 2. PÃO COM NATA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. VITAMINA DE BANANA COM AVEIA 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. UVA	1. MAMÃO	1. MELANCIA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO COM ERVILHA SECA 5. POLENTA	1. SALADA DE ALFACE COM REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. PURÊ DE BATATA INGLESA	1. SALADA DE TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª COM CEBOLA E TOMATE 5. ABÓBORA CABOTIÁ COZIDA	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE SUÍNA DE PANELA 5. BATATA DOCE COZIDA	1. CHUCHU COZIDO 2. ARROZ COM CENOURA 3. CARNE BOVINA MOÍDA COM MANDIOCA 4. FEIJÃO PRETO
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. UVA	1. MAMÃO	1. MELANCIA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min	1. PÃO COM NATA		1. BANANA MAÇÃ		
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE PEPINO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM LEGUMES (cenoura, chuchu e batata)	1. SALADA DE COUVE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. RAGU DE CARNE SUINA 5. MANDIOCA COZIDA	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. MACARRÃO PARAFUSO	1. SALADA DE REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. OVO MEXIDO 5. SALADA DE BRÓCOLIS COM CENOURA	1. SOPA DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES E MACARRÃO DE SOPA (cenoura, chuchu, batata, abóbora e repolho)
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, ERVILHA SECA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FUBÁ DE MILHO, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELÃO NACIONAL, NATA, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO, polpa de manga	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COUVE MANTEIGA, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LEITE PASTEURIZADO TIPO C, LIMÃO COMUM, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MARGARINA VEGETAL, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA MAÇA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CEBOLA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARAFUSO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, UVA, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, AVEIA EM FLOCOS, BANANA NANICA, BATATA DOCE, BRÓCOLIS, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, FEIJÃO CARIOCA, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MAMÃO FORMOSA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA MORANGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHUCHU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, MILHO VERDE ESPIGA, OLEO DE SOJA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 783,44	Proteínas 10% a 15% do VET 30,62 16%	Lípidios 15% a 30% do VET 18,27 21%	Carboidratos 55% a 65% do VET 126,71 65%	Fibra alimentar 12,99
	Cálcio, Ca 204,51	Ferro, Fe 4,92	Sódio, Na 1.212,07	Retinol 61,14	Vitamina C 62,36
	Vitamina A, RAE 160,01				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

13/04/2026 - 17/04/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE PURO 2. PÃO COM MANTEIGA	1. SUCO DE ABACAXI 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE GOIABA 2. PÃO COM NATA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. GOIABA	1. MELANCIA	1. MAMÃO
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE ACELGA COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. BATATA INGLESA COZIDA	1. SALADA DE TOMATE 2. LENTILHA COM BATATA 3. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 4. ARROZ BRANCO	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE SUÍNA DE PANELA	1. SALADA DE PEPINO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. MACARRÃO CARACOL	1. BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. BOBÓ DE FRANGO
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. GOIABA	1. MELANCIA	1. MAMÃO
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE REPOLHO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO COM CENOURA, ABOBRINHA E BATATA	1. BRÓCOLIS COZIDO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. ISCAS DE CARNE BOVINA DE 1ª ACEBOLADA 5. ABÓBORA PAULISTA E ABOBRINHA REFOGADA	1. SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 2. RISOTO DE FILÉ DE PEITO DE FRANGO COM CENOURA RALADA 3. ERVILHA REFOGADA 4. FAROFA DE BETERRABA	1. SALADA DE CENOURA COM CHUCHU 2. ISCAS DE FÍGADO ACEBOLADO 3. ARROZ BRANCO 4. FEIJÃO CARIOCA	1. SOPA DE CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM MACARRÃO E LEGUMES (chuchu, batata, cenoura e repolho)
Ingredientes	ABOBRINHA VERDE, ACELGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MARGARINA VEGETAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, BRÓCOLIS, CEBOLA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LENTILHA, LOURO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BETERRABA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, ERVILHA CONGELADA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, GOIABA, LIMÃO COMUM, LOURO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE ABACAXI, REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, RUCULA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FÍGADO BOVINO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO CARACOL, MELANCIA, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE GOIABA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LEITE DE COCO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MAMÃO FORMOSA, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MILHO VERDE, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 745,26	Proteínas 10% a 15% do VET 31,55 17%	Lípidios 15% a 30% do VET 15,92 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 121,53 65%	Fibra alimentar 15,30
	Cálcio, Ca 204,53	Ferro, Fe 5,25	Sódio, Na 1.226,39	Retinol 617,78	Vitamina C 122,48
	Vitamina A, RAE 740,62				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

20/04/2026 - 24/04/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min			1. SUCO DE ACEROLA COM CENOURA 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE CUPUAÇU 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min			1. MELANCIA	1. BANANA NANICA	1. LARANJA
ALMOÇO 10h00min			1. SALADA DE REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM MANDIOCA	1. SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 2. ABÓBORA PAULISTA E ABOBRINHA REFOGADA 3. ARROZ BRANCO 4. FEIJÃO CARIOCA 5. ESCONDIDINHO DE FRANGO COM PURÊ DE BATATA	1. SALADA DE BETERRABA COM CENOURA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJOADA DE LEGUMES COM CARNE SUÍNA (Ab. cabotiá, cenoura, chuchu, repolho e abobrinha) 4. FAROFA DE COUVE
HIDRATAÇÃO 13h30min			1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. LARANJA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					
JANTAR 15h30min			1. SALADA DE ACELGA COM TOMATE 2. CUSCUZ 3. PEITO DE FRANGO AO MOLHO COM CENOURA, ABOBRINHA E BATATA	1. SALADA DE VAGEM COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª 5. ABÓBORA CABOTIÁ REFOGADA	1. SOPA DE FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, CARNE BOVINA DESFIADA COM CENOURA, CHUCHU E ABOBRINHA
Ingredientes			ABOBRINHA VERDE, ACELGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, POLPA DE ACEROLA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, POLPA DE CUPUAÇU, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, VAGEM, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COUVE MANTEIGA, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FEIJÃO PRETO, FLOCOS DE MILHO, LARANJA, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, VINAGRE DE VINHO TINTO
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 666,85	Proteínas 10% a 15% do VET 26,21 16%	Lípidios 15% a 30% do VET 11,32 15%	Carboidratos 55% a 65% do VET 117,60 71%	Fibra alimentar 11,55
	Cálcio, Ca 187,66	Ferro, Fe 4,26	Sódio, Na 852,09	Retinol 50,67	Vitamina C 95,34
	Vitamina A, RAE 221,91				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
 PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE**

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

27/04/2026 - 01/05/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. SUCO DE GOIABA (POLPA) 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE MARACUJÁ COM BANANA 2. PÃO COM NATA	
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. ABACAXI	
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA RALADA 5. MACARRÃO PARAFUSO	1. SALADA DE ALFACE E REPOLHO ROXO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FAROFA DE FÍGADO BOVINO E CENOURA	1. SALADA DE COUVE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FRANGO COM CENOURA 5. POLENTA	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. OVO MEXIDO 5. LEGUMES REFOGADOS (batata, chuchu e cenoura)	
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. MELANCIA	
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min				1. ABACAXI	
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. LENTILHA COM BATATA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª COM CEBOLA E TOMATE	1. SALADA DE ALFACE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. ESTROGONOFE DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES	1. SALADA DE ALFACE, PEPINO E CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO SUÍNO À CARIOCA (cenoura, batata, pimentão e vagem)	1. CANJA DE GALINHA	
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LEITE INTEGRAL UHT, LENTILHA, LOURO, MACARRÃO PARAFUSO, MANTEIGA COM SAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABOBRINHA VERDE, ALFACE, ALHO, AMIDO DE MILHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FÍGADO BOVINO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MILHO VERDE, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COUVE MANTEIGA, COXA E SOBRECOPA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FUBÁ DE MILHO, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE GOIABA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VAGEM, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABACAXI PÉROLA, ABOBRINHA VERDE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, FEIJÃO PRETO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MELANCIA, NATA, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PEITO DE FRANGO DESATIVADO, POLPA DE MARACUJÁ, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, SAL REFINADO, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 860,77	Proteínas 10% a 15% do VET 32,81 15%	Lípidios 15% a 30% do VET 20,42 21%	Carboidratos 55% a 65% do VET 139,76 65%	Fibra alimentar 14,17
	Cálcio, Ca 205,15	Ferro, Fe 5,68	Sódio, Na 1.108,82	Retinol 759,98	Vitamina C 92,82
	Vitamina A, RAE 911,82				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

04/05/2026 - 08/05/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. SUCO DE ACEROLA 2. FAROFA DE OVO	1. LEITE PURO 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ	1. VITAMINA DE GOIABA 2. PÃO COM NATA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. GOIABA	1. MELANCIA	1. MAMÃO
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE ACELGA COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. BATATA INGLESA COZIDA	1. SALADA DE TOMATE 2. LENTILHA COM BATATA 3. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 4. ARROZ BRANCO	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. PICADINHO SUÍNO À CARIOCA (cenoura, batata, pimentão e vagem)	1. SALADA DE PEPINO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. MACARRÃO PENNE	1. BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. BOBÓ DE FRANGO
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. GOIABA	1. MELANCIA	1. MAMÃO
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE REPOLHO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO COM CENOURA, ABOBRINHA E BATATA	1. BRÓCOLIS COZIDO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. ISCAS DE CARNE BOVINA DE 1ª ACEBOLADA 5. ABÓBORA PAULISTA E ABOBRINHA REFOGADA	1. SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 2. RISOTO DE FILÉ DE PEITO DE FRANGO COM CENOURA RALADA 3. ERVILHA REFOGADA 4. FAROFA DE BETERRABA	1. SALADA DE CENOURA COM CHUCHU 2. ISCAS DE FÍGADO ACEBOLADO 3. ARROZ BRANCO 4. FEIJÃO CARIOCA	1. SOPA DE CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM MACARRÃO E LEGUMES (chuchu, batata, cenoura e repolho)
Ingredientes	ABOBRINHA VERDE, ACELGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MARGARINA VEGETAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE ACEROLA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, BRÓCOLIS, CEBOLA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LENTILHA, LOURO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, ERVILHA CONGELADA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, GOIABA, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, RUCULA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VAGEM, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FÍGADO BOVINO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PENNE, MELANCIA, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE GOIABA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE DE COCO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MAMÃO FORMOSA, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MILHO VERDE, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 753,72	Proteínas 10% a 15% do VET 32,42 17%	Lípidios 15% a 30% do VET 15,79 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 123,10 65%	Fibra alimentar 15,56
	Cálcio, Ca 205,94	Ferro, Fe 5,29	Sódio, Na 1.190,57	Retinol 617,78	Vitamina C 162,47
	Vitamina A, RAE 762,77				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

11/05/2026 - 15/05/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE PURO 2. PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO		1. SUCO DE ACEROLA 2. FAROFA DE OVO	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA		1. MELANCIA	1. PONCÃ / MEXERICA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM ABÓBORA CABOTIÁ E BATATA INGLESA	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. QUIABO REFOGADO		1. SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 2. ABÓBORA PAULISTA E ABOBRINHA REFOGADA 3. ARROZ BRANCO 4. FEIJÃO CARIOCA 5. ESCONDIDINHO DE FRANGO COM PURÊ DE BATATA	1. VINAGRETE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJOADA DE LEGUMES COM CARNE SUÍNA (Ab. cabotiá, cenoura, chuchu, repolho e abobrinha) 4. FAROFA DE CENOURA
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA		1. MELANCIA	1. PONCÃ / MEXERICA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE REPOLHO COM CENOURA 2. MACARRÃO CARACOL 3. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO COM ERVILHA SECA	1. SALADA DE ALFACE COM PEPINO E TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. DUETO DE CARNE SUÍNA COM BATATA DOCE		1. SALADA DE VAGEM COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª 5. ABÓBORA CABOTIÁ REFOGADA	1. SOPA DE FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, CARNE BOVINA DESFIADA COM CENOURA, CHUCHU E ABOBRINHA
Ingredientes	ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, ERVILHA SECA, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO CARACOL, MANTEIGA COM SAL, MELÃO NACIONAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA DOCE, BETERRABA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, PÃO FRANCÊS, QUIABO, REQUEIJÃO CASEIRO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL		ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, POLPA DE ACEROLA, SAL REFINADO, VAGEM, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FEIJÃO PRETO, FLOCOS DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PONCÃ, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 741,16	Proteínas 10% a 15% do VET 28,30 15%	Lipídios 15% a 30% do VET 12,90 16%	Carboidratos 55% a 65% do VET 132,14 71%	Fibra alimentar 11,88
	Cálcio, Ca 190,14	Ferro, Fe 4,59	Sódio, Na 1.004,05	Retinol 40,10	Vitamina C 75,75
	Vitamina A, RAE 158,09				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

18/05/2026 - 22/05/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. SUCO DE GOIABA (POLPA) 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE MARACUJÁ COM BANANA 2. PÃO COM NATA	1. LEITE PURO 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. ABACAXI	1. PONCÃ / MEXERICA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA RALADA 5. MACARRÃO PARAFUSO	1. SALADA DE ALFACE E REPOLHO ROXO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FAROFA DE FÍGADO BOVINO E CENOURA	1. SALADA DE COUVE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FRANGO COM CENOURA 5. POLENTA	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. OVO MEXIDO 5. LEGUMES REFOGADOS (batata, chuchu e cenoura)	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO COM ABÓBORA CABOTIÁ E BATATA INGLESA
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. MELANCIA	1. PONCÃ / MEXERICA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min				1. ABACAXI	
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. LENTILHA COM BATATA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª COM CEBOLA E TOMATE	1. SALADA DE ALFACE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. ESTROGONOFE DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES	1. SALADA DE ALFACE, PEPINO E CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO SUÍNO À CARIOCA (cenoura, batata, pimentão e vagem)	1. SALADA DE BRÓCOLIS COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. MANDIOCA COZIDA	1. SOPA DE CARNE BOVINA MOÍDA, LEGUMES E MACARRÃO DE SOPA (batata, cenoura, chuchu e abobrinha)
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LEITE INTEGRAL UHT, LENTILHA, LOURO, MACARRÃO PARAFUSO, MANTEIGA COM SAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABOBRINHA VERDE, ALFACE, ALHO, AMIDO DE MILHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FÍGADO BOVINO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MILHO VERDE, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COUVE MANTEIGA, COXA E SOBRECOPA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FUBÁ DE MILHO, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE GOIABA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VAGEM, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABACAXI PÉROLA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, BRÓCOLIS, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MELANCIA, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE MARACUJÁ, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ABOBRINHA VERDE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CHUCHU, FEIJÃO CARIOCA, FLOCOS DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PEPINO, PONCÃ, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 879,01	Proteínas 10% a 15% do VET 31,19 14%	Lípidios 15% a 30% do VET 18,77 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 150,76 69%	Fibra alimentar 13,79
	Cálcio, Ca 207,33	Ferro, Fe 5,60	Sódio, Na 1.171,61	Retinol 614,20	Vitamina C 78,18
	Vitamina A, RAE 718,27				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

25/05/2026 - 29/05/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE PURO 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM NATA	1. SUCO DE ACEROLA 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE BANANA E MAMÃO 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. MAÇA NACIONAL	1. UVA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM LEGUMES (cenoura, chuchu e batata)	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. ARROZ CAIPIRA COM CARNE SUÍNA (milho, tomate e açafrão) 3. FEIJÃO PRETO 4. BATATA DOCE COZIDA	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FRANGO COM CENOURA 5. BATATA INGLESA COZIDA	1. SALADA REPOLHO VERDE, REPOLHO ROXO E TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. VACA ATOLADA (CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM MANDIOCA)	1. SALADA DE BETERRABA COM CENOURA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. PURÊ DE MANDIOCA
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. MAÇA NACIONAL	1. MELANCIA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					1. UVA
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE PEPINO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. MANDIOCA COZIDA	1. SALADA DE TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. POLENTA 5. PEITO DE FRANGO AO MOLHO	1. SALADA DE ACELGA COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM ERVILHA CONGELADA 5. BETERRABA COZIDA	1. SALADA DE COUVE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJOADA DE LEGUMES COM CARNE SUÍNA (Ab. cabotiá, cenoura, chuchu, repolho e abobrinha) 4. FAROFA DE CENOURA	1. SOPA DE CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM MACARRÃO E LEGUMES (chuchu, batata, cenoura e repolho)
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MELÃO NACIONAL, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA DOCE, CACAU EM PÓ 100%, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FUBÁ DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MILHO VERDE, NATA, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), RUCULA, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ACELGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COXA E SOBRECOPA DE FRANGO, ERVILHA CONGELADA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MARGARINA VEGETAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE ACEROLA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, AVEIA EM FLOCOS, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA DE 2º SEM OSSO, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, COUVE MANTEIGA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO PRETO, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MAMÃO FORMOSA, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2º SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LEITE PASTEURIZADO TIPO C, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MARGARINA VEGETAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, UVA, VINAGRE DE VINHO TINTO
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 763,38	Proteínas 10% a 15% do VET 31,22 16%	Lípidios 15% a 30% do VET 16,29 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 125,59 66%	Fibra alimentar 13,11
	Cálcio, Ca 192,42	Ferro, Fe 4,88	Sódio, Na 1.273,30	Retinol 58,18	Vitamina C 78,32
	Vitamina A, RAE 189,01				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

01/06/2026 - 05/06/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE PURO 2. PÃO COM NATA	1. SUCO DE MANGA (POLPA) 2. FAROFA DE OVO		
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. UVA		
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO COM ERVILHA SECA 5. POLENTA	1. SALADA DE ALFACE COM REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. PURÊ DE BATATA INGLESA	1. SALADA DE TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª COM CEBOLA E TOMATE 5. ABÓBORA CABOTIÁ COZIDA		
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. UVA		
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min	1. PÃO COM NATA		1. BANANA MAÇÃ		
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE PEPINO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM LEGUMES (cenoura, chuchu e batata)	1. SALADA DE COUVE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. RAGU DE CARNE SUINA 5. MANDIOCA COZIDA	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. MACARRÃO PARAFUSO		
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, ERVILHA SECA, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FUBÁ DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELÃO NACIONAL, NATA, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COUVE MANTEIGA, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LEITE PASTEURIZADO TIPO C, LIMÃO COMUM, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MARGARINA VEGETAL, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA MAÇA, BETERRABA, CEBOLA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LOURO, MACARRÃO PARAFUSO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, UVA, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, polpa de manga		
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 863,33	Proteínas 10% a 15% do VET 34,21 16%	Lípidios 15% a 30% do VET 19,42 20%	Carboidratos 55% a 65% do VET 140,68 65%	Fibra alimentar 14,45
	Cálcio, Ca 186,87	Ferro, Fe 5,46	Sódio, Na 1.364,15	Retinol 60,61	Vitamina C 40,09
	Vitamina A, RAE 126,16				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

08/06/2026 - 12/06/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. SUCO DE ABACAXI 2. FAROFA DE OVO	1. LEITE PURO 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. VITAMINA DE GOIABA 2. PÃO COM NATA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. GOIABA	1. MELANCIA	1. MAMÃO
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE ACELGA COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. BATATA INGLESA COZIDA	1. SALADA DE TOMATE 2. LENTILHA COM BATATA 3. PEITO DE FRANGO AO MOLHO	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE SUÍNA DE PANELA	1. SALADA DE PEPINO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. MACARRÃO PENNE	1. BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. BOBÓ DE FRANGO
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. GOIABA	1. MELANCIA	1. MAMÃO
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO COM CENOURA, ABOBRINHA E BATATA	1. BRÓCOLIS COZIDO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. ISCAS DE CARNE BOVINA DE 1ª ACEBOLADA 5. ABÓBORA PAULISTA E ABOBRINHA REFOGADA	1. SALADA DE REPOLHO VERDE COM REPOLHO ROXO 2. RISOTO DE FILÉ DE PEITO DE FRANGO COM CENOURA RALADA 3. ERVILHA REFOGADA 4. FAROFA DE BETERRABA	1. SALADA DE CENOURA COM CHUCHU 2. ISCAS DE FÍGADO ACEBOLADO 3. ARROZ BRANCO 4. FEIJÃO CARIOCA 5. MILHO COZIDO	1. SOPA DE CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM MACARRÃO E LEGUMES (chuchu, batata, cenoura e repolho)
Ingredientes	ABOBRINHA VERDE, ACELGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MARGARINA VEGETAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE ABACAXI, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, BRÓCOLIS, CEBOLA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LENTILHA, LOURO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, ERVILHA CONGELADA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, GOIABA, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, RUCULA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FÍGADO BOVINO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PENNE, MELANCIA, NATA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE GOIABA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LEITE DE COCO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MAMÃO FORMOSA, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MILHO VERDE, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 721,48	Proteínas 10% a 15% do VET 31,15 17%	Lípidios 15% a 30% do VET 15,50 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 117,07 65%	Fibra alimentar 15,19
	Cálcio, Ca 204,11	Ferro, Fe 5,21	Sódio, Na 1.221,63	Retinol 617,78	Vitamina C 123,23
	Vitamina A, RAE 728,44				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

15/06/2026 - 19/06/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE PURO 2. PÃO COM REQUEIJÃO CASEIRO	1. SUCO DE ACEROLA COM CENOURA 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE CUPUAÇU 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. MANGA	1. MELANCIA	1. LARANJA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM ERVILHA CONGELADA	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. QUIABO REFOGADO	1. SALADA DE REPOLHO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM MANDIOCA	1. SALADA DE CHUCHU COM CHEIRO VERDE 2. ABÓBORA PAULISTA E ABOBRINHA REFOGADA 3. ARROZ BRANCO 4. FEIJÃO CARIOCA 5. ESCONDIDINHO DE FRANGO COM PURÊ DE BATATA	1. VINAGRETE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJOADA DE LEGUMES COM CARNE SUÍNA (Ab. cabotiá, cenoura, chuchu, repolho e abobrinha) 4. FAROFA DE COUVE
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. MANGA	1. MELANCIA	1. LARANJA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE REPOLHO COM CENOURA 2. MACARRÃO CARACOL 3. CARNE BOVINA MOÍDA COM ABÓBORA CABOTIÁ E BATATA INGLESA	1. SALADA DE ALFACE COM PEPINO E TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. DUETO DE CARNE SUÍNA COM BATATA DOCE	1. SALADA DE ACELGA COM TOMATE 2. CUSCUZ 3. PEITO DE FRANGO AO MOLHO COM CENOURA, ABOBRINHA E BATATA	1. SALADA DE VAGEM COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª 5. ABÓBORA CABOTIÁ REFOGADA	1. SOPA DE FEIJÃO CARIOCA, MACARRÃO, CARNE BOVINA DESFIADA COM CENOURA, CHUCHU E ABOBRINHA
Ingredientes	ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, ERVILHA CONGELADA, FEIJÃO CARIOCA, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO CARACOL, MANTEIGA COM SAL, MELÃO NACIONAL, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA DOCE, BETERRABA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, PÃO FRANCÊS, QUIABO, REQUEIJÃO CASEIRO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ABOBRINHA VERDE, ACELGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MANGA TOMMY, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, OVO DE GALINHA, POLPA DE ACEROLA, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, POLPA DE CUPUAÇU, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), SAL REFINADO, VAGEM, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2ª SEM OSSO, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COUVE, MANTEIGA, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FEIJÃO PRETO, FLOCOS DE MILHO, LARANJA, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 657,24	Proteínas 10% a 15% do VET 27,72 17%	Lipídios 15% a 30% do VET 12,96 18%	Carboidratos 55% a 65% do VET 109,65 67%	Fibra alimentar 11,70
	Cálcio, Ca 198,83	Ferro, Fe 4,32	Sódio, Na 1.042,66	Retinol 50,36	Vitamina C 73,20
	Vitamina A, RAE 160,10				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

22/06/2026 - 26/06/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM MANTEIGA	1. SUCO DE GOIABA (POLPA) 2. FAROFA DE OVO	1. LEITE COM CACAU 100% 2. BOLO DE FUBÁ	1. LEITE PURO 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. ABACAXI	1. PONCÃ / MEXERICA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA RALADA 5. MACARRÃO PARAFUSO	1. SALADA DE ALFACE E REPOLHO ROXO 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FAROFA DE FÍGADO BOVINO E CENOURA	1. SALADA DE COUVE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FRANGO COM CENOURA 5. POLENTA	1. SALADA DE REPOLHO ROXO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. OVO MEXIDO 5. LEGUMES REFOGADOS (batata, chuchu e cenoura)	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO COM ABÓBORA CABOTIÁ E BATATA INGLESA
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MAÇA NACIONAL	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. MELANCIA	1. PONCÃ / MEXERICA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min JANTAR 15h30min	1. SALADA DE BETERRABA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. LENTILHA COM BATATA 4. PICADINHO DE CARNE BOVINA DE 1ª COM CEBOLA E TOMATE	1. SALADA DE ALFACE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. ESTROGONOFE DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES	1. SALADA DE ALFACE, PEPINO E CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PICADINHO SUÍNO À CARIOCA (cenoura, batata, pimentão e vagem)	1. ABACAXI 1. SALADA DE BRÓCOLIS COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO 5. MANDIOCA COZIDA	1. SOPA DE CARNE BOVINA MOÍDA, LEGUMES E MACARRÃO DE SOPA (batata, cenoura, chuchu e abobrinha)
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, Carne Bovina de 1ª, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, LEITE INTEGRAL UHT, LENTILHA, LOURO, MACARRÃO PARAFUSO, MANTEIGA COM SAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABOBRINHA VERDE, ALFACE, ALHO, AMIDO DE MILHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FÍGADO BOVINO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MILHO VERDE, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COUVE MANTEIGA, COXA E SOBRECOPA DE FRANGO, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, FUBÁ DE MILHO, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE GOIABA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VAGEM, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABACAXI PÉROLA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BRÓCOLIS, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MELANCIA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO ROXO, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ABOBRINHA VERDE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CHUCHU, FEIJÃO CARIOCA, FLOCOS DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANTEIGA COM SAL, OLEO DE SOJA, PEPINO, PONCÃ, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE DE VINHO TINTO
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 859,27	Proteínas 10% a 15% do VET 30,77 14%	Lipídios 15% a 30% do VET 18,46 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 146,92 68%	Fibra alimentar 13,67
	Cálcio, Ca 205,63	Ferro, Fe 5,55	Sódio, Na 1.162,86	Retinol 612,27	Vitamina C 78,03
	Vitamina A, RAE 718,06				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE LUCAS DO RIO VERDE - MT
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - PNAE

CRECHE GIRASSOL - CRECHE - 1 A 3 ANOS - INTEGRAL

29/06/2026 - 03/07/2026

Horário	2ª Feira	3ª Feira	4ª Feira	5ª Feira	6ª Feira
CAFÉ DA MANHÃ 07h30min	1. LEITE PURO 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. PÃO COM NATA	1. SUCO DE ACEROLA 2. FAROFA DE OVO	1. VITAMINA DE BANANA E MAMÃO 2. PÃO COM MANTEIGA	1. LEITE COM CACAU 100% 2. CUSCUZ
FRUTA MANHÃ 08h45min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. MAÇA NACIONAL	1. UVA
ALMOÇO 10h00min	1. SALADA DE REPOLHO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM LEGUMES (cenoura, chuchu e batata)	1. SALADA DE ALFACE COM RÚCULA 2. ARROZ CAIPIRA COM CARNE SUÍNA (milho, tomate e açafrão) 3. FEIJÃO PRETO 4. BATATA DOCE COZIDA	1. SALADA DE PEPINO COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. FRANGO COM CENOURA 5. BATATA INGLESA COZIDA	1. SALADA REPOLHO VERDE, REPOLHO ROXO E TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. VACA ATOLADA (CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM MANDIOCA)	1. SALADA DE BETERRABA COM CENOURA COZIDA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. PURÊ DE MANDIOCA
HIDRATAÇÃO 13h30min	1. MELÃO	1. BANANA NANICA	1. MELANCIA	1. MAÇA NACIONAL	1. MELANCIA
COMPLEMENTO HIDRATAÇÃO 13h35min					1. UVA
JANTAR 15h30min	1. SALADA DE PEPINO COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. PEITO DE FRANGO AO MOLHO 5. MANDIOCA COZIDA	1. SALADA DE TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO PRETO 4. POLENTA 5. PEITO DE FRANGO AO MOLHO	1. SALADA DE ACELGA COM CENOURA 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJÃO CARIOCA 4. CARNE BOVINA MOÍDA COM ERVILHA CONGELADA 5. BETERRABA COZIDA	1. SALADA DE COUVE COM TOMATE 2. ARROZ BRANCO 3. FEIJOADA DE LEGUMES COM CARNE SUÍNA (Ab. cabotiá, cenoura, chuchu, repolho e abobrinha) 4. FAROFA DE CENOURA	1. SOPA DE CARNE BOVINA EM PEDAÇO COM MACARRÃO E LEGUMES (chuchu, batata, cenoura e repolho)
Ingredientes	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, LEITE INTEGRAL UHT, LOURO, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MELÃO NACIONAL, OLEO DE SOJA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALFACE, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BANANA NANICA, BATATA DOCE, CACAU EM PÓ 100%, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CHEIRO VERDE, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO PRETO, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FUBÁ DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MILHO VERDE, NATA, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), RUCULA, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL	ACELGA, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, COLORAU, COXA E SOBRECOXA DE FRANGO, ERVILHA CONGELADA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO CARIOCA, LOURO, MANTEIGA COM SAL, MARGARINA VEGETAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, OVO DE GALINHA, PEPINO, PIMENTÃO VERDE, POLPA DE ACEROLA, SAL REFINADO, TEMPERO AÇAFRÃO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ABOBRINHA VERDE, ABÓBORA CABOTIÁ, ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, AVEIA EM FLOCOS, BANANA NANICA, BATATA INGLESA, CARNE BOVINA DE 2º SEM OSSO, CARNE SUÍNA SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, COLORAU, COUVE MANTEIGA, EXTRATO DE TOMATE, FARINHA DE MANDIOCA BRANCA, FEIJÃO PRETO, LEITE INTEGRAL UHT, LIMÃO COMUM, LOURO, MAMÃO FORMOSA, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MAÇA NACIONAL, OLEO DE SOJA, ORÉGANO, PIMENTÃO VERDE, PÃO DE LEITE (PÃO DE CACHORRO QUENTE), REPOLHO ROXO, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, VINAGRE BRANCO DE ALCOOL, VINAGRE DE VINHO TINTO	ALHO, ARROZ BRANCO POLIDO, BATATA INGLESA, BETERRABA, CACAU EM PÓ 100%, CARNE BOVINA DE 2º SEM OSSO, CEBOLA, CENOURA, CHEIRO VERDE, CHUCHU, EXTRATO DE TOMATE, FEIJÃO CARIOCA, FILÉ DE PEITO DE FRANGO, FLOCOS DE MILHO, LEITE INTEGRAL UHT, LEITE PASTEURIZADO TIPO C, LOURO, MACARRÃO PARA SOPA, MANDIOCA DESCASCADA, MANTEIGA COM SAL, MARGARINA VEGETAL, MELANCIA, OLEO DE SOJA, PIMENTÃO VERDE, REPOLHO VERDE, SAL REFINADO, TOMATE, UVA, VINAGRE DE VINHO TINTO
Composição nutricional (média semanal)	Energia kcal 763,38	Proteínas 10% a 15% do VET 31,22 16%	Lipídios 15% a 30% do VET 16,29 19%	Carboidratos 55% a 65% do VET 125,59 66%	Fibra alimentar 13,11
	Cálcio, Ca 192,42	Ferro, Fe 4,88	Sódio, Na 1.273,30	Retinol 58,18	Vitamina C 78,32
	Vitamina A, RAE 189,01				

CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÕES

Mayara Martins S. Santos, CRN: 20079 / Wender Jr. de Deus Silva, CRN: 21378 / Viviane da Cruz Lima, CRN: 27348 / Rosalia Bragagnolo, CRN: 5003 / Vania Haraki, CRN: 4842 /