



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE  
MANFRINÓPOLIS - PARANÁ  
CARDÁPIO ESCOLAR - MARÇO 2024



CMEI Mundo Encantado - Ensino pré-escola 4 anos - Período: vespertino

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	04	05	06	07	08
Lanche da tarde 13:30 H	Melancia	Maçã	Laranja	Banana	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>
Lanche da tarde 15:45	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Macarrão cozido Molho de peito de frango Abobrinha refogada	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Panqueca de banana com aveia Leite batido com banana e cacau	
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	11	12	13	14	15
Lanche da tarde 13:30 H	Banana	Manga	Melão	Abacaxi	Melancia
Lanche da tarde 15:45	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho vagem cozida	Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com banana e morango	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Macarrão à bolonhesa Salada de repolho
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	18	19	20	21	22
Lanche da tarde 13:30 H	Melancia	Maçã	Manga	Banana	Laranja
Lanche da tarde 15:45	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida	Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana	Polenta à bolonhesa Salada de repolho
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	25	26	27	28	29
Lanche da tarde 13:30 H	Banana	Melancia	Maçã	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO</b>
Lanche da tarde 15:30	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha	Panqueca de banana com aveia e cacau Leite batido com banana e morango	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho Salada de repolho		
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g

**OBS:** não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

Dayana L. Alievi – Nutricionista CRN8 6333 – Responsável Técnica do PNAE



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA  
DE MANFRINÓPOLIS - PARANÁ  
CARDÁPIO ESCOLAR - MARÇO 2024



CMEI Mundo Encantado - Pré-escola 4 e 5 anos - Período: matutino

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
<b>Data</b>	<b>04</b>	<b>05</b>	<b>06</b>	<b>07</b>	<b>08</b>
<b>Café da manhã</b> 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	
<b>Lanche da manhã</b> 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Panqueca de banana com aveia Leite batido com banana e cacau	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
<b>Data</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>
<b>Café da manhã</b> 07:45 H	Melão	Banana	Melancia	Manga	Abacaxi
<b>Lanche da manhã</b> 09:30 H	Macarrão à bolonhesa Salada de repolho	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho vagem cozida	Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com banana e morango	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
<b>Data</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>
<b>Café da manhã</b> 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	Manga
<b>Lanche da manhã</b> 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana e cacau	Arroz parb. cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
<b>Data</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>
<b>Café da manhã</b> 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia		
<b>Lanche da manhã</b> 09:30 H	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho Salada de repolho	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Panqueca de banana com aveia e cacau Leite batido com banana e morango	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO</b>
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g

**OBS:** não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

Dayana L. Alievi – Nutricionista CRN8 6333 – Responsável Técnica do PNAE



# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE MANFRINÓPOLIS - PARANÁ



## CARDÁPIO ESCOLAR - MARÇO 2024

### CMEI Mundo Encantado - creche 2 e 3 anos - Período: integra

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	04	05	06	07	08
<b>Café da manhã</b> 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	<b>FERIADO MUNICIPAL</b>
<b>Lanche manhã</b> 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Panqueca de banana com aveia Leite batido com banana e cacau	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	
<b>Almoço</b> 11:30 H	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de repolho	Risoto de frango Salada de pepino	Pizza de frango Salada de alface	
<b>Lanche tarde</b> 13:30 H	Melancia	Maçã	Laranja	Banana	
<b>Janta</b> 15:30	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Macarrão cozido Molho de peito de frango Abobrinha refogada	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Panqueca de banana com aveia Leite batido com banana e cacau	
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	11	12	13	14	15
<b>Café da manhã</b> 07:45 H	Melão	Banana	Melancia	Manga	Abacaxi
<b>Lanche manhã</b> 09:30 H	Macarrão à bolonhesa Salada de repolho	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho vagem cozida	Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com banana e morango	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha
<b>Almoço</b> 11:30 H	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Filé de peito de frango em molho Salada de tomate	Lasanha à bolonhesa Arroz parb. cozido Salada de acelga	Arroz parb. Cozido Batata doce cozida Carne moída em molho Salada de beterraba	Arroz parb. Cozido Lentilha cozida Picadinho de carne em molho Salada de repolho	Risoto de frango com legumes (abobrinha, cenoura) Salada de repolho
<b>Lanche tarde</b> 13:30 H	Banana	Manga	Melão	Abacaxi	Melancia
<b>Janta</b> 15:30	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho vagem cozida	Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com banana e morango	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Macarrão à bolonhesa Salada de repolho
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g

**OBS:** não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

#### Consistência das preparações:

- \* **Feijão e lentilha:** macio, podem ser facilmente amassados com um garfo, com caldo;
- \* **Arroz, batata, batata-doce, mandioca, legumes e verduras:** podem ser oferecidos amassados com um garfo ou em pedaços pequenos, bem cozidos, macios e úmidos;
- \* **Macarrão:** cozido, macio e úmido;
- \* **Polenta:** bem cozida, lisa e úmida;
- \* **Carnes:** devem ser bem cozidas, oferecidas em pedaços pequenos, picadas ou desfiada e úmida;
- \* **Frutas:** Ser oferecidas em pedaços pequenos;
- \* **Sopas:** com grão e carnes bem cozidas, carnes em pedaços pequenos ou desfiadas, legumes picados pequenos, nunca processar, liquidificar ou peneirar a preparação;
- \* **Bolos e tortas:** macio e úmido, servir em pedaços pequenos.
- \* **Vegetais crus:** pedaços pequenos, picados ou ralados.
- \* **Nenhuma preparação leva açúcar ou adoçante (bolos, bolachas, sucos, chás, etc).**



# SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE MANFRINÓPOLIS - PARANÁ



## CARDÁPIO ESCOLAR - MARÇO 2024

### CMEI Mundo Encantado - creche 2 e 3 anos - Período: integral

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	18	19	20	21	22
<b>Café da manhã</b> 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	Manga
<b>Lanche manhã</b> 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana e cacau	Arroz parb. cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida
<b>Almoço</b> 11:30 H	Risoto de frango Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de pepino	Macarrão com molho de frango Salada de acelga	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Carne moída em molho Salada de tomate	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de repolho
<b>Lanche tarde</b> 13:30 H	Melancia	Maçã	Manga	Banana	Laranja
<b>Janta</b> 15:45	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida	Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana	Polenta à bolonhesa Salada de repolho

Composição nutricional (média semanal)

Energia: Kcal

Carboidratos: g

Proteínas: g

Lipídeos: g

Data	25	26	27	28	29
<b>Café da manhã</b> 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia	<b>RECESSO</b>	<b>FERIADO</b>
<b>Lanche manhã</b> 09:30 H	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho Salada de repolho	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Panqueca de banana com aveia e cacau Leite batido com banana e morango		
<b>Almoço</b> 11:30 H	Risoto de frango com legumes (abobrinha, cenoura) Salada de repolho	Lasanha à bolonhesa Arroz parb. cozido Salada de acelga	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Filé de peito de frango em molho Salada de tomate		
<b>Lanche tarde</b> 13:30 H	Banana	Melancia	Maçã		
<b>Janta</b> 15:45	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha	Panqueca de banana com aveia e cacau Leite batido com banana e morango	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho Salada de repolho		

Composição nutricional (média semanal)

Energia: Kcal

Carboidratos: g

Proteínas: g

Lipídeos: g

**OBS:** não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

#### Consistência das preparações:

- \* **Feijão e lentilha:** macio, podem ser facilmente amassados com um garfo, com caldo;
- \* **Arroz, batata, batata-doce, mandioca, legumes e verduras:** podem ser oferecidos amassados com um garfo ou em pedaços pequenos, bem cozidos, macios e úmidos;
- \* **Macarrão:** cozido, macio e úmido;
- \* **Polenta:** bem cozida, lisa e úmida;
- \* **Carnes:** devem ser bem cozidas, oferecidas em pedaços pequenos, picadas ou desfiada e úmida;
- \* **Frutas:** Ser oferecidas em pedaços pequenos;
- \* **Sopas:** com grão e carnes bem cozidas, carnes em pedaços pequenos ou desfiadas, legumes picados pequenos, nunca processar, liquidificar ou peneirar a preparação;
- \* **Bolos e tortas:** macio e úmido, servir em pedaços pequenos.
- \* **Vegetais crus:** pedaços pequenos, picados ou ralados.
- \* **Nenhuma preparação leva açúcar ou adoçante (bolos, bolachas, sucos, chás, etc).**

Dayana L. Alievi – Nutricionista CRN8 6333 – Responsável Técnica do PNAE



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE  
MANFRINÓPOLIS - PARANÁ



CARDÁPIO ESCOLAR PARA INTOLERANTES A LACTOSE - MARÇO 2024

CMEI Mundo Encantado - creche 2 e 3 anos - Período: integral

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	04	05	06	07	08
Café da manhã 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	FERIADO MUNICIPAL
Lanche manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Panqueca de banana com aveia Leite zero lactose batido com banana e cacau	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	
Almoço 11:30 H	Carreteiro Salada de tomate Cenoura cozida	Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de repolho	Risoto de frango Salada de pepino	Pizza de frango Salada de alface	
Lanche tarde 13:30 H	Melancia	Maçã	Laranja	Banana	
Janta 15:45	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Macarrão cozido Molho de peito de frango Abobrinha refogada	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Panqueca de banana com aveia Leite zero lactose batido com banana e cacau	
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
Data	11	12	13	14	15
Café da manhã 07:45 H	Melão	Banana	Melancia	Manga	Abacaxi
Lanche manhã 09:30 H	Macarrão à bolonhesa Salada de repolho	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho vagem cozida	Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com banana e morango	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha
Almoço 11:30 H	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Filé de peito de frango em molho Salada de tomate	Lasanha à bolonhesa Arroz parb. cozido Salada de acelga	Arroz parb. Cozido Batata doce cozida Carne moída em molho Salada de beterraba	Arroz parb. Cozido Lentilha cozida Picadinho de carne em molho Salada de repolho	Risoto de frango com legumes (abobrinha, cenoura) Salada de repolho
Lanche tarde 13:30 H	Banana	Manga	Melão	Abacaxi	Melancia
Janta 15:45	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho vagem cozida	Cupcake integral de cenoura com cacau Leite batido com banana e morango	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Macarrão à bolonhesa Salada de repolho
Composição nutricional (média semanal)		Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g

**OBS:** As preparações que contem leite em seus ingredientes, por exemplo: panqueca, bolos, torta salgada, utilizar água ou suco de fruta. Também observar o rótulo dos alimentos, caso algum contenha a informação na embalagem que contem lactose suspender o uso para os alunos intolerantes a lactose.

Não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

**Consistência das preparações:**

- \* Feijão e lentilha: macio, podem ser facilmente amassados com um garfo, com caldo;
- \* Arroz, batata, batata-doce, mandioca, legumes e verduras: podem ser oferecidos amassados com um garfo ou em pedaços pequenos, bem cozidos, macios e úmidos;
- \* Macarrão: cozido, macio e úmido;
- \* Polenta: bem cozida, lisa e úmida;
- \* Carnes: devem ser bem cozidas, oferecidas em pedaços pequenos, picadas ou desfiada e úmida;
- \* Frutas: Ser oferecidas em pedaços pequenos;
- \* Sopas: com grão e carnes bem cozidas, carnes em pedaços pequenos ou desfiadas, legumes picados pequenos, nunca processar, liquidificar ou peneirar a preparação;
- \* Bolos e tortas: macio e úmido, servir em pedaços pequenos.
- \* Vegetais crus: pedaços pequenos, picados ou ralados.
- \* Nenhuma preparação leva açúcar ou adoçante (bolos, bolachas, sucos, chás, etc).



SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO E CULTURA DE  
MANFRINÓPOLIS - PARANÁ



CARDÁPIO ESCOLAR PARA INTOLERANTES A LACTOSE - MARÇO 2024

CMEI Mundo Encantado - creche 2 e 3 anos - Período: integral

Refeições	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
Data	18	19	20	21	22
Café da manhã 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia	Laranja	Manga
Lanche manhã 09:30 H	Polenta à bolonhesa Salada de repolho	Bolo de cacau sem açúcar Leite zero lactose batido com banana e cacau	Arroz parb. cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida
Almoço 11:30 H	Risoto de frango Salada de repolho	Arroz cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de pepino	Macarrão com molho de frango Salada de acelga	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Carne moída em molho Salada de tomate	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Peito de frango em molho Salada de repolho
Lanche tarde 13:30 H	Melancia	Maçã	Manga	Banana	Laranja
Janta 15:45	Arroz cozido Feijão preto cozido Ovo cozido Salada de alface	Carreteiro Salada de tomate Abobrinha refogada	Panqueca integral de carne moída Cenoura cozida	Bolo de cacau sem açúcar Leite batido com banana	Polenta à bolonhesa Salada de repolho

Composição nutricional (média semanal)

Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
---------------	-----------------	--------------	-------------

Data	25	26	27	28	29
Café da manhã 07:45 H	Maçã	Banana	Melancia	RECESSO	FERIADO
Lanche manhã 09:30 H	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho Salada de repolho	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Ovo mexido salada de alface cenoura cozida	Panqueca de banana com aveia e cacau Leite batido com banana e morango		
Almoço 11:30 H	Risoto de frango com legumes (abobrinha, cenoura) Salada de repolho	Lasanha à bolonhesa Arroz parb. cozido Salada de acelga	Arroz parb. Cozido Feijão preto cozido Filé de peito de frango em molho Salada de tomate		
Lanche tarde 13:30 H	Banana	Melancia	Maçã		
Janta 15:45	Arroz parb. Cozido Carne moída em molho com batata e abobrinha	Panqueca de banana com aveia e cacau Leite batido com banana e morango	Mandioca cozida Filé de peito de frango em molho Salada de repolho		

Composição nutricional (média semanal)

Energia: Kcal	Carboidratos: g	Proteínas: g	Lipídeos: g
---------------	-----------------	--------------	-------------

**OBS: As preparações que contem leite em seus ingredientes, por exemplo: panqueca, bolos, torta salgada, utilizar água ou suco de fruta. Também observar o rótulo dos alimentos, caso algum contenha a informação na embalagem que contem lactose suspender o uso para os alunos intolerantes a lactose.**

Não substituir nenhuma refeição do cardápio, somente se algum alimento estiver em falta ou em caso de aproveitamento de alimentos e deve ser registrado no "REGISTRO DE CONTROLE" e comunicado ao nutricionista na falta de algum alimento e/ou ingrediente. As frutas e hortaliças podem variar devido a sua época e os alimentos que são entregues e não estão no cardápio é para ser utilizado como complemento as refeições do cardápio.

**Consistência das preparações:**

- \* Feijão e lentilha: macio, podem ser facilmente amassados com um garfo, com caldo;
- \* Arroz, batata, batata-doce, mandioca, legumes e verduras: podem ser oferecidos amassados com um garfo ou em pedaços pequenos, bem cozidos, macios e úmidos;
- \* Macarrão: cozido, macio e úmido;
- \* Polenta: bem cozida, lisa e úmida;
- \* Carnes: devem ser bem cozidas, oferecidas em pedaços pequenos, picadas ou desfiada e úmida;
- \* Frutas: Ser oferecidas em pedaços pequenos;
- \* Sopas: com grão e carnes bem cozidas, carnes em pedaços pequenos ou desfiadas, legumes picados pequenos, nunca processar, liquidificar ou peneirar a preparação;
- \* Bolos e tortas: macio e úmido, servir em pedaços pequenos.
- \* Vegetais crus: pedaços pequenos, picados ou ralados.
- \* Nenhuma preparação leva açúcar ou adoçante (bolos, bolachas, sucos, chás, etc).

Dayana L. Alievi – Nutricionista CRN8 6333 – Responsável Técnica do PNAE