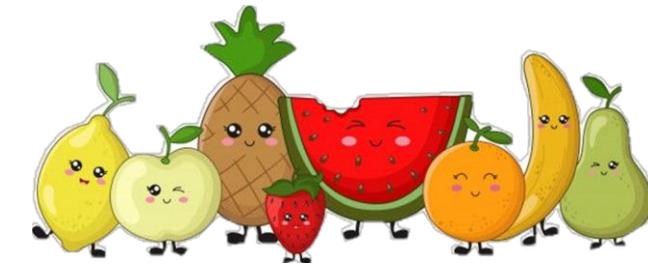




# CARDÁPIO ESCOLAR

## CMEI INTEGRAL



CARDÁPIO CMEI ACIMA DE 1 a 3 ANOS					
REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 03/11	TERÇA 04/11	QUARTA 05/11	QUINTA 06/11	SEXTA 07/11
CAFÉ DA MANHÃ 08:30 H	Leite Pão de trigo sovado com requeijão	Leite Farofa de ovo com farinha de milho e tempero verde	Leite Pão de trigo sovado com requeijão	Leite Bolacha caseira	Leite Pão de trigo sovado com requeijão
ALMOÇO 10:40 H	Arroz Branco Feijão Cozido Beterraba cozida Coxa de Frango cozida Polenta Cremosa	Arroz Branco Feijão Cozido Cenoura cozida Carne moída refogada Macarrão	Arroz Branco Feijão Cozido Abobrinha refogada Carne suína cozida Batata cozida	Arroz Branco Feijão Cozido Cenoura cozida Peito de frango em cubos Mandioca	Arroz Branco Feijão Cozido Pepino picadinho Iscas de carne Bovina Abóbora quibebe
HORA DO SONO 12:00 H	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil
LANCHE DA TARDE 14:00 H	Fruta: melancia	Fruta: Maça	Fruta: banana	Fruta: mamão	Fruta : Melão
JANTAR 15:45 H	Sopa de letrinhas, legumes e frango desfiado	Quirerinha com carne moída	Sopa de feijão com macarrão e couve manteiga	Polenta com frango desfiado	Sopa de biju com frango
Média semanal	Calorias: 707 Kcal/ Carboidratos: 109,6 g/ Proteínas: 24,7 g/ Lipídeos: 19,7 g/ Vitamina A: 230 ug/ Vitamina C: 26/ Cálcio: 320 mg / Ferro: 3 mg.				

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC. \* De acordo com essa resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas açúcar. Cardápio pode sofrer alteração de acordo com disponibilidades de gêneros alimentícios.

Nutricionista RT: Fabiane Bochniak CRN8-9949



# CARDÁPIO ESCOLAR CMEI INTEGRAL



CARDÁPIO CMEI ACIMA DE 1 a 3 ANOS					
REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 10	TERÇA 11/11	QUARTA 12/11	QUINTA 13/11	SEXTA 14/11
CAFÉ DA MANHÃ 08:30 H	Leite Pão de trigo sovado com requeijão	Leite Farofa de ovo com farinha de milho e tempero verde	Leite Pão de trigo sovado com requeijão	Leite Bolacha caseira	Leite Pão de trigo sovado com requeijão
ALMOÇO 10:40 H	Arroz Branco Feijão Cozido Cenoura cozida Filé de tilapia assado Com batata inglesa	Arroz Branco Lentilha cozida Couve refogado Carne moída refogada Batata doce cozida	Arroz Branco Feijão Cozido Beterraba cozida Carne suína cozida Mandioca	Arroz Branco Feijão Cozido Abobrinha refogada Peito de frango Desfiado com Macarrão	Arroz Branco Feijão Cozido Chuchu cozido Iscas de carne Bovina Abóbora quibebe
HORA DO SONO 12:00 H	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil
LANCHE DA TARDE 14:00 H	Fruta: banana	Fruta: Mamão	Fruta: Maça	Fruta: melão	Fruta: Manga
JANTAR 15:45 H	Viradinho de feijão com menos farinha de milho.	Sopa de Legumes, frango e macarrão alfabeto	Polenta cremosa com carne moída	Sopa de biju com frango	Risoto de frango desfiado com legumes
Média semanal	Calorias:668 Kcal/ Carboidratos: 102,5 g/ Proteínas: 26,1 g/ Lipídeos: 17,8 g/ Vitamina A: 280 ug/ Vitamina C: 30/ Cálcio: 250 mg / Ferro: 4 mg.				

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC. \* De acordo com essa resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas açúcar. Cardápio pode sofrer alteração de acordo com disponibilidades de gêneros alimentícios.

Nutricionista RT: Fabiane Bochniak CRN8-9949



# CARDÁPIO ESCOLAR CMEI INTEGRAL



CARDÁPIO CMEI ACIMA DE 1 a 3 ANOS					
REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 17/11	TERÇA 18/11	QUARTA 19/11	QUINTA 20/11	SEXTA 21/11
CAFÉ DA MANHÃ 08:30 H	Leite Pão de trigo sovado com requeijão	Leite Farofa de ovo com farinha de milho e tempero verde	Leite Pão de trigo sovado com requeijão		
ALMOÇO 10:40 H	Arroz Branco Feijão Cozido Abobrinha refogada Coxa de Frango cozida Desfiada Polenta Cremosa	Arroz Branco Feijão Cozido Cenoura cozida Carne moída refogada Macarrão	Arroz Branco Feijão Cozido Beterraba cozida File de Tilápia Batatinha cozida	Feriado consciência negra e Zumbi de Palmares	Recesso feriado
HORA DO SONO 12:00 H	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil		
LANCHE DA TARDE 14:00 H	Fruta: Mamão	Fruta: banana	Fruta: Laranja		
JANTAR 15:45 H	Sopa de legumes com frango e macarrão alfabeto	Risoto de frango	Sopa de feijão com macarrão e couve manteiga		
	Calorias: 693 Kcal/ Carboidratos: 102,7 g/ Proteínas: 26,3 g/ Lipídeos: 22,6 g/ Vitamina A: 296 ug/ Vitamina C: 34/ Cálcio: 310 mg / Ferro: 3,4 mg.				

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC. \* De acordo com essa resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas açúcar. Cardápio pode sofrer alteração de acordo com disponibilidades de gêneros alimentícios.

Nutricionista RT: Fabiane Bochniak CRN8-9949



# CARDÁPIO ESCOLAR

## CMEI INTEGRAL



### CARDÁPIO CMEI ACIMA DE 1 a 3 ANOS

REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 24/11	TERÇA 25/11	QUARTA 26/11	QUINTA 27/11	SEXTA 28/11
CAFÉ DA MANHÃ 08:30 H	Leite Pão de trigo sovado com requeijão	Leite Farofa de ovo com farinha de milho e tempero verde	Leite Pão de trigo sovado com requeijão	Leite Bolacha caseira	Leite Pão de trigo sovado com requeijão
ALMOÇO 10:40 H	Arroz Branco Feijão Cozido Beterraba cozida Coxa de Frango cozida Polenta Cremosa	Arroz Branco Feijão Cozido Cenoura crua ralada Carne moída refogada Macarrão	Arroz Branco Feijão Cozido Chuchu cozido Carne suína cozida Batatinha cozida	Arroz Branco Feijão Cozido Couve flor cozido Peito de frango Mandioca	Arroz Branco Feijão Cozido Abobrinha refogada Iscas de carne Bovina Abóbora
HORA DO SONO 12:00 H	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil	Leite / Fórmula infantil
LANCHE DA TARDE 14:00 H	Fruta: Banana	Fruta: Melão	Fruta: Melancia	Fruta: Manga	Fruta: Laranja
JANTAR 15:45 H	Sopa de Biju com frango	Quirerinha com carne suína picadinho	Sopa de feijão com macarrão e couve manteiga	Risoto de frango desfiado com legumes	Sopa de legumes com carne bovina
	Calorias: 689 Kcal/ Carboidratos: 111,5 g/ Proteínas: 24,4 g/ Lipídeos: 17,1 g/ Vitamina A: 263ug/ Vitamina C: 35/ Cálcio: 330mg / Ferro: 4,5mg.				

Necessidades especiais:

Alunos intolerantes a glúten: Oferta de pão sem glúten; macarrão sem glúten,

Alunos com alergia a peixe: realizar troca do peixe por filé de frango no dia do preparo do peixe

Intolerantes a Lactose: oferta do leite e requeijão zero lactose.

Alunos com Diabetes: oferta de alimentos integrais em substituição: arroz integral, macarrão integral, preparações com farinha de aveia. Doces diet e pão integral.

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC. \* De acordo com essa resolução todas as preparações não devem ser acrescentadas açúcar. Cardápio pode sofrer alteração de acordo com disponibilidades de gêneros alimentícios.

Nutricionista RT: Fabiane Bochniak CRN8-9949