



PREFEITURA DE
NOVA LARANJEIRAS

CARDÁPIO ESCOLAR

CMEI INTEGRAL



CARDÁPIO CMEI 06 A 12 MESES					
REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 03/11	TERÇA 04/11	QUARTA 05/11	QUINTA 06/11	SEXTA 07/11
CAFÉ DA MANHÃ 08:00 H	Leite Pão de trigo sovado com requeijão	Leite Bolacha caseira	Leite Pão de trigo sovado com requeijão	Leite Bolacha caseira	Leite Pão de trigo sovado com requeijão
ANCHE DA MANHÃ 09:30 H	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno /fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil
ALMOÇO 10:45 H	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Beterraba cozida Coxa de Frango cozida Polenta Cremosa	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Cenoura cozida Carne moída refogada Macarrão	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Abobrinha refogada Carne suína cozida Batata cozida	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Cenoura cozida Peito de frango em cubos/ Mandioca	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Pepino picadinho Isclas de carne Bovina Abóbora quibebe
HORA DO SONO 11:30 H	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno /fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil
LANCHE DA TARDE 14:00H	Fruta: melancia	Fruta: Maça	Fruta: banana	Fruta: mamão	Fruta : Melão
JANTAR 15 :30h	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
Observações:	Oferecer as preparações bem cozidas, amassadas com garfo e/ou desfiadas. NÃO LIQUIDIFICAR.				
Media semanal	Calorias: 479 Kcal/ Carboidratos: 71,3 g/ Proteínas: 18,8 g/ Lipídeos: 13,7 g/ Vitamina A: 320 ug/ Vitamina C: 28/ Cálcio: 178 mg / Ferro: 4,5 mg.				

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC. Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. * De acordo com essa nova 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



PREFEITURA DE
NOVA LARANJEIRAS

CARDÁPIO ESCOLAR

CMEI INTEGRAL



CARDÁPIO CMEI 06 A 12 MESES					
REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 10/11	TERÇA 11/11	QUARTA 12/11	QUINTA 13/11	SEXTA 14/11
CAFÉ DA MANHÃ 08:00 H	Leite Pão de trigo sovado com requeijão	Leite Bolacha caseira	Leite Pão de trigo sovado com requeijão	Leite Bolacha caseira	Leite Pão de trigo sovado com requeijão
LANCHE DA MANHÃ 09:30 H	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno /fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil
ALMOÇO 10:45 H	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Cenoura cozida Filé de tilapia assado Com batata inglesa	Papinha: Arroz Branco Lentilha cozida Couve refogada Carne moída refogada Batata doce cozida	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Beterraba cozida Carne suína cozida Mandioca	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Abobrinha refogada Peito de frango Desfiado com Macarrão	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Chuchu cozido Isclas de carne Bovina Abóbora quibebe
HORA DO SONO 11:30 H	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno /fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil
LANCHE DA TARDE 14:00H	Fruta: banana	Fruta: Mamão	Fruta: Maça	Fruta: melão	Fruta: Manga
JANTAR 15:30h	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
Observação:	Oferecer as preparações bem cozidas, amassadas com garfo e/ou desfiadas. NÃO LIQUIDIFICAR.				
Média semanal	Calorias: 498 Kcal/ Carboidratos: 70,3 g/ Proteínas: 19,2 g/ Lipídeos: 16,5 g/ Vitamina A: 362 ug/ Vitamina C: 31/ Cálcio: 185 mg / Ferro: 5,2 mg.				

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC. Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. * De acordo com essa nova 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



**PREFEITURA DE
NOVA LARANJEIRAS**

CARDÁPIO ESCOLAR

CMEI INTEGRAL



CARDÁPIO CMEI 06 A 12 MESES					
REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 17/11	TERÇA 18/11	QUARTA 19/11	QUINTA 20/11	SEXTA 21/11
CAFÉ DA MANHÃ 08:00 H	Leite integral Pão de trigo sovado com requeijão	Leite integral Bolacha caseira	Leite integral Pão de trigo sovado com requeijão		
LANCHE DA MANHÃ 09:30 H	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno /fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil		
ALMOÇO 10:45 H	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Abobrinha refogada Coxa de Frango cozida Desfiada Polenta Cremosa	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Cenoura cozida Carne moída refogada Macarrão	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Beterraba cozida File de Tilápia Batatinha cozida	Feriado consciência negra e Zumbi de Palmares	Recesso feriado
HORA DO SONO 11:30 H	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno /fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil		
LANCHE DA TARDE 14:00H	Fruta: Mamão	Fruta: banana	Fruta: Laranja		
JANTAR 15:30h	Sopa de legumes com frango e macarrão alfabeto	Risoto de frango	Sopa de feijão com macarrão e couve manteiga		
Observação:	Oferecer as preparações bem cozidas, amassadas com garfo e/ou desfiadas. NÃO LIQUIDIFICAR.				
Média semanal	Calorias: 486 Kcal/ Carboidratos: 70,1 g/ Proteínas: 19,7 g/ Lipídeos: 15,8 g/ Vitamina A: 343 ug/ Vitamina C: 30/ Cálcio: 174 mg / Ferro: 4,9 mg.				

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC. Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. * De acordo com essa nova 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



**PREFEITURA DE
NOVA LARANJEIRAS**

CARDÁPIO ESCOLAR

CMEI INTEGRAL



CARDÁPIO CMEI 06 A 12 MESES					
REFEIÇÃO/HORA	SEGUNDA 24/11	TERÇA 25/11	QUARTA 26/11	QUINTA 27/11	SEXTA 28/11
CAFÉ DA MANHÃ 08:00 H	Leite integral Pão de trigo sovado com requeijão	Leite integral Bolacha caseira	Leite integral Pão de trigo sovado com requeijão	Leite integral Bolacha caseira	Leite integral Pão de trigo sovado com requeijão
LANCHE DA MANHÃ 09:30 H	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno /fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil
ALMOÇO 10:45 H	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Beterraba cozida Coxa de Frango cozida Polenta Cremosa	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Cenoura crua ralada Carne moída refogada Macarrão	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Chuchu cozido Carne suína cozida Batatinha cozida	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Couve flor cozido Peito de frango Mandioca	Papinha: Arroz Branco Feijão Cozido Abobrinha refogada Isclas de carne Bovina Abóbora
HORA DO SONO 11:30 H	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno /fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil	Leite materno/ fórmula infantil
LANCHE DA TARDE 14:00H	Fruta: Banana	Fruta: Melão	Fruta: Melancia	Fruta: Manga	Fruta: Laranja
JANTAR 15:30h	Sopa de Biju com frango	Quirerinha com carne suína picadinha	Sopa de feijão com macarrão e couve manteiga	Risoto de frango desfiado com legumes	Sopa de legumes com carne bovina
Observação:	Oferecer as preparações bem cozidas, amassadas com garfo e/ou desfiadas. NÃO LIQUIDIFICAR.				
Média semanal	Calorias: 452 Kcal/ Carboidratos: 68,8 g/ Proteínas: 17,7 g/ Lipídeos: 12,6 g/ Vitamina A: 330 ug/ Vitamina C: 37/ Cálcio: 170 mg / Ferro: 4,8 mg.				

Cardápio elaborado de acordo com as recomendações da Res. 06 de 08/05/2020 do FNDE/MEC. Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. * De acordo com essa nova 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



**PREFEITURA DE
NOVA LARANJEIRAS**

CARDÁPIO ESCOLAR

CMEI INTEGRAL



Necessidades especiais:

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

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. Nesta fase de introdução alimentar, caso haja necessidade, a oferta da mamadeira poderá ser realizada mais vezes no decorrer do dia, podendo chegar até 3x. O sal nessa fase de 06 a 12 meses de idade deve ser evitado, podendo ser usado temperos naturais como alho, cebola, salsinha, cebolinha. * De acordo com essa nova 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