

Secretaria Municipal de Educação
Cardápio para Centro Municipal de Educação Infantil (1 a 3 anos)
Março/2024

Refeição – 4ª semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
					01/03
Desjejum					Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga
Almoço					Arroz branco + feijão carioca + carne moída com molho + mandioca cozida + salada de tomate Sobremesa: melão
Lanche da tarde					Banana e mamão picado + leite em pó
Jantar					Sopa de macarrão com feijão e carne moída (macarrão, feijão, cenoura, batata inglesa, beterraba, carne moída)
Refeição – 1ª semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	04/03	05/03	06/03	07/03	08/03
Desjejum	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga
Almoço	Arroz branco + feijão carioca + carne moída com molho + salada de tomate Sobremesa: banana	Arroz branco + feijão carioca + ovos mexidos + salada de alface Sobremesa: maçã	Arroz branco + feijão carioca + frango ao molho ou assado + salada de pepino Sobremesa: laranja pera	Arroz branco + polenta + carne moída com molho + salada de repolho com cenoura Sobremesa: mamão	Arroz branco + feijão carioca + frango ao molho + salada de couve Sobremesa: melão
Lanche da tarde	Falso pão de queijo (polvilho azedo, sal, ovo, óleo, água) + suco integral de uva	Mingau de aveia (leite + aveia em flocos + cacau)	Vitamina de banana (leite, beterraba, banana) + cereal de milho	Bolo de maçã sem açúcar + suco integral de uva	Banana e mamão picado + leite em pó
Jantar	Abóbora cabotiá cozida + carne moída ao molho	Macarrão com legumes e ovos (macarrão, beterraba, tomate, abóbora cabotiá, cebola)	Canjiquinha com frango ao molho	Sopa de macarrão com feijão e carne moída (macarrão, feijão, cenoura, batata inglesa, beterraba, carne moída)	Sopa rica com frango (macarrão, abóbora cabotiá, mandioca, frango, repolho, tomate)

Secretaria Municipal de Educação
Cardápio para Centro Municipal de Educação Infantil (1 a 3 anos)
Março/2024

Refeição – 2ª semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	11/03	12/03	13/03	14/03	15/03
Desjejum	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga
Almoço	Arroz branco + feijão carioca + carne moída com molho + salada de tomate Sobremesa: banana	Arroz branco + canjiquinha + frango ao molho + salada de couve Sobremesa: maçã	Arroz branco + feijão carioca + ovos mexidos + salada de alface Sobremesa: pera	Arroz branco + feijão carioca + carne moída com molho + batata inglesa cozida ou assada + salada de repolho Sobremesa: mamão	Arroz branco + feijão carioca + abóbora cabotiá + frango ao molho + salada de beterraba Sobremesa: melão
Lanche da tarde	Torta de legumes com carne moída + suco integral de uva	Banana e mamão picado + leite em pó	Falso pão de queijo (polvilho azedo, sal, ovo, óleo, água) + suco integral de uva	Pão caseiro com manteiga + suco de laranja pera	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, leite em pó)
Jantar	Macarrão com carne moída ao molho	Sopa rica com frango (macarrão, abóbora cabotiá, mandioca, frango, repolho, tomate)	Macarrão com legumes e ovos (macarrão, beterraba, tomate, abóbora cabotiá, cebola)	Arroz branco + polenta + frango ao molho	Sopa de macarrão com feijão e carne moída (macarrão, feijão, cenoura, batata inglesa, beterraba, carne moída)
Refeição – 3ª semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	18/03	19/03	20/03	21/03	22/03
Desjejum	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga
Almoço	Arroz branco + feijão carioca + frango ao molho ou assado + salada de pepino Sobremesa: banana	Arroz branco + feijão carioca + carne moída com molho + batata inglesa cozida ou assada + abóbora cabotiá Sobremesa: maçã	Arroz branco + feijão carioca + frango ao molho + salada de couve Sobremesa: laranja	Arroz branco + feijão carioca + ovos mexidos + salada de tomate Sobremesa: mamão	Arroz branco + feijão carioca + carne moída com molho + salada de repolho Sobremesa: melão
Lanche da tarde	Banana e mamão picado + leite em pó	Mingau de aveia (leite + aveia em flocos + cacau)	Vitamina de banana (leite, beterraba, banana) + cereal de milho	Bolo de banana com aveia sem açúcar + suco integral de uva	Falso pão de queijo (polvilho azedo, sal, ovo, óleo, água) + suco integral de uva
Jantar	Macarrão com frango ao molho (macarrão, frango, tomate, cebola)	Sopa de macarrão com feijão e carne moída (macarrão, feijão, cenoura, batata inglesa, beterraba, carne moída)	Canjiquinha com frango ao molho	Macarrão com legumes e ovos (macarrão, beterraba, tomate, abóbora cabotiá, cebola)	Sopa rica com carne moída (macarrão, carne moída, abóbora cabotiá, mandioca, repolho, tomate)



Secretaria Municipal de Educação
Cardápio para Centro Municipal de Educação Infantil (1 a 3 anos)
Março/2024

Refeição – 4ª semana	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	25/03	26/03	27/03	28/03 (recesso)	29/03 (feriado)
Desjejum	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga	Leite pasteurizado com cacau + pão caseiro com manteiga		
Almoço	Arroz branco + frango ao molho + polenta + salada de couve Sobremesa: banana	Arroz branco + feijão carioca + carne moída com molho + salada de pepino Sobremesa: maçã	Arroz branco + feijão carioca + abóbora cabotiá + frango ao molho + salada de alface Sobremesa: pera		
Lanche da tarde	Salada de frutas (banana, maçã, mamão, leite em pó)	Falso pão de queijo (polvilho azedo, sal, ovo, óleo, água) + suco integral de uva	Pão caseiro com manteiga + suco de laranja pera		
Jantar	Canja de galinha (arroz, frango, cenoura, batata doce)	Sopa rica com carne moída (macarrão, carne moída, abóbora cabotiá, mandioca, repolho, tomate)	Canjiquinha com frango ao molho		

Claudine Leffer Esquianti
Claudine Leffer Esquianti
Nutricionista CRN 8-6351

* para as crianças acima de **6-12 meses** dar fórmula infantil 2 no desjejum, para as crianças **menores de 6 meses** dar fórmula infantil 1.
OBS: modificar a consistência do alimento conforme idade da criança (crianças de 6-8 meses, alimentos bem amassados) crianças de 9-12 meses alimentos bem cortados ou levemente amassados para incentivar a mastigação.
Setor de alimentação escolar (44) 3543-4577



Secretaria Municipal de Educação
Cardápio para Centro Municipal de Educação Infantil (1 a 3 anos)
Março/2024

26/02 a 01/03	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (µg)	Vit. C (mg)
	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET					
Média semanal	812,62	30	120,22	15%	27	244,77	30%	114	454,94	56%	301,61	3,79	623,20	76,97
04/03 a 08/03	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (µg)	Vit. C (mg)
	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET					
Média semanal	818,52	31	124,27	15%	27	239,56	29%	116	463,06	57%	359,24	4,46	524,18	69,82
11/03 a 15/03	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (µg)	Vit. C (mg)
	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET					
Média semanal	840,28	31	124,56	15%	27	244,86	29%	120	478,89	57%	309,04	4,23	527,29	77,36
18/03 a 22/03	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (µg)	Vit. C (mg)
	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET					
Média semanal	854,27	33	132,93	16%	28	253,19	30%	119	477,08	56%	366,58	4,92	519,48	70,95
25/03 a 29/03	Energia (kcal)	Proteína			Lipídeos			Carboidratos			Ca (mg)	Fe (mg)	Vit A (µg)	Vit. C (mg)
	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET	(g)	Kcal	% VET					
Média semanal	812,62	30	120,22	15%	27	244,77	30%	114	454,94	56%	301,61	3,79	623,20	76,97

Claudine Leffer Esquianti
Claudine Leffer Esquianti
Nutricionista CRN 8-6351

* para as crianças acima de **6-12 meses** dar fórmula infantil 2 no desjejum, para as crianças **menores de 6 meses** dar fórmula infantil 1.
OBS: modificar a consistência do alimento conforme idade da criança (crianças de 6-8 meses, alimentos bem amassados) crianças de 9-12 meses alimentos bem cortados ou levemente amassados para incentivar a mastigação.
Setor de alimentação escolar (44) 3543-4577