



CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

ESCOLAS CORONEL, BAÚ E SERRANO - ENSINO FUNDAMENTAL - MANHÃ

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 5/8	Terça 6/8	Quarta 7/8	Quinta 8/8	Sexta 9/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de laranja	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Virado de banana	Banana
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate com beterraba	Suco de polpa Pão com frango desfiado ao molho de tomate e cenoura	Sopa de macarrão com frango desfiado, cenoura, tomate, batata e repolho	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Ponkan	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de couve-flor com tomate
PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 12/8	Terça 13/8	Quarta 14/8	Quinta 15/8	Sexta 16/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de banana	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	FERIADO MUNICIPAL	ANIVERSÁRIO DA CIDADE
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho branco. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Arroz integral, feijão preto, pernil acebolado. Couve refogada. Salada de cenoura. Ponkan		
PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 19/8	Terça 20/8	Quarta 21/8	Quinta 22/8	Sexta 23/8
Desjejum	SUSPENSÃO DE AULA	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e pão com margarina	Virado de banana	Banana
Lanche		Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate, batata e chuchu. Ponkan	Arroz, feijoada leve (feijão preto com pernil). Virado de couve. Salada de tomate.	Arroz, feijão, escondidinho de frango com batata. Salada de brócolis
PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 26/8	Terça 27/8	Quarta 28/8	Quinta 29/8	Sexta 30/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de chocolate	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Canjica	Banana
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho vermelho e salada de couve-flor	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Maçã	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina. Batata assada. Salada de tomate

Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRUNALeia
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

ESCOLAS CORONEL, BAÚ E QUILOMBO - ENSINO FUNDAMENTAL - TARDE

PERÍODO DA TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	5/8	6/8	7/8	8/8	9/8
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate com beterraba	Suco de polpa Pão com frango desfiado ao molho de tomate e cenoura	Sopa de macarrão com frango desfiado, cenoura, tomate, batata e repolho	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Ponkan	Suco de polpa Torta de carne com batata, couve-flor e tomate.
Lanche II	Leite com café e bolo de laranja	Chocolate quente 32% cacau	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Virado de banana	Banana

PERÍODO DA TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	12/8	13/8	14/8	15/8	16/8
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho branco. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Ponkan	FERIADO MUNICIPAL	ANIVERSÁRIO DA CIDADE
Lanche II	Leite com café e bolo de banana	Chocolate quente 32% cacau	Leite com chocolate 32% e pão com margarina		

PERÍODO DA TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	19/8	20/8	21/8	22/8	23/8
Lanche I	SUSPENSÃO DE AULA	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate, batata e chuchu. Ponkan	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate	Suco de polpa Torta de frango com brócolis, tomate e batata.
Lanche II		Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e pão com margarina	Virado de banana	Banana

PERÍODO DA TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	26/8	27/8	28/8	29/8	30/8
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho vermelho e salada de couve-flor	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Maçã	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate	Suco de polpa Torta de carne com batata, brócolis e tomate.
Lanche II	Leite com café e bolo de chocolate	Chocolate quente 32% cacau	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Canjica	Banana

*Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodizio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRQ Leite
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

ESCOLAS CORONEL E BAÚ - ENSINO FUNDAMENTAL - PERÍODO PARCIAL

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO MANHÃ / TARDE

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020): Art. 18 - V – atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	493Kcal	68 a 80	12 a 18	14 a 19
Prescrição	560Kcal	79	28	15
Adequação	113%	100%	155%	100%

BRGLeda

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

ESCOLA DO SERRANO - ENSINO FUNDAMENTAL E INFANTIL - TARDE

PERÍODO DA TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	5/8	6/8	7/8	8/8	9/8
Lanche I	Leite com café e bolo de laranja	Chocolate quente 32% cacau	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Virado de banana	Banana
Lanche II	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate com beterraba	Suco de polpa Pão com frango desfiado ao molho de tomate e cenoura	Sopa de macarrão com frango desfiado, cenoura, tomate, batata e repolho	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Ponkan	Suco de polpa Torta de carne com batata, couve-flor e tomate.
PERÍODO DA TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	12/8	13/8	14/8	15/8	16/8
Lanche I	Leite com café e bolo de banana	Chocolate quente 32% cacau	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	FERIADO MUNICIPAL	ANIVERSÁRIO DA CIDADE
Lanche II	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho branco. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Ponkan		
PERÍODO DA TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	19/8	20/8	21/8	22/8	23/8
Lanche I	SUSPENSÃO DE AULA	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e pão com margarina	Virado de banana	Banana
Lanche II		Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate, batata e chuchu. Ponkan	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate	Suco de polpa Torta de frango com brócolis, tomate e batata.
PERÍODO DA TARDE	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	26/8	27/8	28/8	29/8	30/8
Lanche I	Leite com café e bolo de chocolate	Chocolate quente 32% cacau	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Canjica	Banana
Lanche II	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho vermelho e salada de couve-flor	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Maçã	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate	Suco de polpa Torta de carne com batata, brócolis e tomate.

*Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRUNA ROSSI

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

ESCOLA DO CANTAGALO - ENSINO FUNDAMENTAL E INFANTIL - MANHÃ

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 5/8	Terça 6/8	Quarta 7/8	Quinta 8/8	Sexta 9/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de laranja	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Virado de banana	Banana
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate com beterraba	Suco de polpa Pão com frango desfiado ao molho de tomate e cenoura	Sopa de macarrão com frango desfiado, cenoura, tomate, batata e repolho	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Ponkan	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de couve-flor com tomate

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 12/8	Terça 13/8	Quarta 14/8	Quinta 15/8	Sexta 16/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de banana	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	FERIADO MUNICIPAL	ANIVERSÁRIO DA CIDADE
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho branco. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Arroz integral, feijão preto, pernil acebolado. Couve refogada. Salada de cenoura. Ponkan		

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 19/8	Terça 20/8	Quarta 21/8	Quinta 22/8	Sexta 23/8
Desjejum	SUSPENSÃO DE AULA	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e pão com margarina	Virado de banana	Banana
Lanche		Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate, batata e chuchu. Ponkan	Arroz, feijão leve (feijão preto com pernil). Virado de couve. Salada de tomate.	Arroz, feijão, escondidinho de frango com batata. Salada de brócolis

PERÍODO DA MANHÃ	Segunda 26/8	Terça 27/8	Quarta 28/8	Quinta 29/8	Sexta 30/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de chocolate	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Canjica	Banana
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho vermelho e salada de couve-flor	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Maçã	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina. Batata assada. Salada de tomate

Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRUN
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

ESCOLA DO TORTO - ENSINO FUNDAMENTAL E INFANTIL - TARDE

PERÍODO DA TARDE	Segunda 5/8	Terça 6/8	Quarta 7/8	Quinta 8/8	Sexta 9/8
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate com beterraba	Suco de polpa Pão com frango desfiado ao molho de tomate e cenoura	Sopa de macarrão com frango desfiado, cenoura, tomate, batata e repolho	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Ponkan	Suco de polpa Torta de carne com batata, couve-flor e tomate.
Lanche II	Leite com café e bolo de laranja	Chocolate quente 32% cacau	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Virado de banana	Banana
PERÍODO DA TARDE	Segunda 12/8	Terça 13/8	Quarta 14/8	Quinta 15/8	Sexta 16/8
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho branco. Salada de brócolis	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Ponkan	FERIADO MUNICIPAL	ANIVERSÁRIO DA CIDADE
Lanche II	Leite com café e bolo de banana	Chocolate quente 32% cacau	Leite com chocolate 32% e pão com margarina		
PERÍODO DA TARDE	Segunda 19/8	Terça 20/8	Quarta 21/8	Quinta 22/8	Sexta 23/8
Lanche I	SUSPENSÃO DE AULA	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate, batata e chuchu. Ponkan	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate	Suco de polpa Torta de frango com brócolis, tomate e batata.
Lanche II		Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e pão com margarina	Virado de banana	Banana
PERÍODO DA TARDE	Segunda 26/8	Terça 27/8	Quarta 28/8	Quinta 29/8	Sexta 30/8
Lanche I	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho vermelho e salada de couve-flor	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Maçã	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate	Suco de polpa Torta de carne com batata, brócolis e tomate.
Lanche II	Leite com café e bolo de chocolate	Chocolate quente 32% cacau	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Canjica	Banana

*Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRUNAROSSA
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

ESCOLAS RURAIS DE ENSINO FUNDAMENTAL E INFANTIL

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO MANHÃ / TARDE

INFANTIL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	404,66	60	11	14
Adequação	100%	100%	100%	100%

FUNDAMENTAL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020): Art. 18 - V – atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	493Kcal	68 a 80	12 a 18	14 a 19
Prescrição	560Kcal	79	28	15
Adequação	113%	100%	155%	100%
Prescrição	560Kcal	79	28	15
Adequação	113%	100%	155%	100%

BRQ Leite
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

EMEF BAIRRO PAIOL GRANDE - FUNDAMENTAL E INFANTIL MANHÃ E TARDE

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	5/8	6/8	7/8	8/8	9/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de laranja	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Virado de banana	Banana
Lanche da manhã	Arroz, feijão, macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate com beterraba	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de brócolis	Arroz integral, feijão preto, pernil em cubos. Salada de couve com tomate.	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Ponkan	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de couve-flor com tomate
Lanche I	Leite com café e bolo de laranja	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Ponkan	Sopa de macarrão com frango desfiado, cenoura, tomate, batata e repolho.	Suco de polpa Pão com frango desfiado ao molho de tomate e cenoura	Suco de polpa Torta de carne com batata, couve-flor e tomate.
Lanche da tarde II	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Virado de banana	Manga	Leite com chocolate 32% e pão com margarina

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	12/8	13/8	14/8	15/8	16/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de banana	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	FERIADO MUNICIPAL	ANIVERSÁRIO DA CIDADE
Lanche	Arroz, feijão, macarrão ao alho e azeite, frango ao molho branco. Salada de brócolis	Arroz, feijão, salada de ovo com batata e tomate. Cozido de couve-flor. Ponkan	Arroz integral, feijão preto, pernil acebolado. Couve refogada. Salada de cenoura.		
Lanche I	Leite com café e bolo de banana	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Ponkan		
Lanche da tarde II	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Banana		

*Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRGL

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

EMEF BAIRRO PAIOL GRANDE - FUNDAMENTAL E INFANTIL MANHÃ E TARDE

	Segunda 19/8	Terça 20/8	Quarta 21/8	Quinta 22/8	Sexta 23/8
Desjejum	SUSPENSÃO DE AULA	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e pão com margarina	Manga	Virado de banana
Lanche		Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Purê de batata. Salada de tomate	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada.	Arroz, feijoadade leve (feijão preto com pernil). Virado de couve. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão, escondidinho de frango com batata. Salada de brócolis
Lanche I		Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate, batata e chuchu. Ponkan	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate	Suco de polpa Torta de frango com brócolis, tomate e batata.
Lanche da tarde II		Chocolate quente 32% cacau	Virado de banana	Banana	Leite com café e pão com margarina

	Segunda 26/8	Terça 27/8	Quarta 28/8	Quinta 29/8	Sexta 30/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de chocolate	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Canjica	Banana
Lanche	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho vermelho e salada de couve-flor	Arroz, feijão, salada de ovo com batata e tomate. Cenoura cozida.	Arroz, feijão preto, pernil em cubos. Salada de couve com tomate.	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina. Batata assada. Salada de tomate
Lanche I	Leite com café e bolo de chocolate	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Maçã	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate	Suco de polpa Torta de carne com batata, brócolis e tomate.
Lanche da tarde II	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Banana	Canjica

*Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRUNARossi
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

EMEF BAIRRO PAIOL GRANDE - FUNDAMENTAL E INFANTIL MANHÃ E TARDE

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO

INFANTIL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	404,66	60	11	14
Adequação	100%	100%	100%	100%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	945Kcal	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Prescrição	945,15	144	30	29
Adequação	100%	100%	100%	100%

FUNDAMENTAL:

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020): Art. 18 - V – atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais diárias de energia e macronutrientes, quando ofertadas duas ou mais refeições, para os estudantes matriculados na educação básica, exceto creches em período parcial;

ENSINO FUNDAMENTAL (6 a 10 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	493Kcal	68 a 80	12 a 18	14 a 19
Prescrição	560Kcal	79	28	15
Adequação	113%	100%	155%	100%
Prescrição	560Kcal	79	28	15
Adequação	113%	100%	155%	100%

BRG Ledo
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI BERÇÁRIOS A e B e MATERNAL I

PERÍODO INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	5/8	6/8	7/8	8/8	9/8
Entrada	Maçã	Bolo de laranja (sem açúcar)	Suco polpa, pão francês e ovos mexidos	Panqueca de banana, ovo e aveia	Virado de banana sem açúcar
Refeição I	Macarrão ao alho e azeite, feijão, carne moída ao molho vermelho. Beterraba cozida	Arroz, feijão, frango desfiado. Purê de batata. Salada de brócolis	Arroz integral, feijão preto, pernil em cubos. Couve refogada. Salada de tomate.	Arroz, feijão preto, ovo cozido, cenoura e abobrinha refogadas. Ponkan	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de couve-flor com tomate
Lanche I	Mamão	Ponkan	Banana	Maçã	Manga
Refeição II	Leite com bolo de laranja (sem açúcar)	Suco polpa, pão francês e ovos mexidos	Sopa de macarrão com frango desfiado, cenoura, tomate, batata e repolho.	Suco de polpa Torta de carne com batata, couve-flor e tomate.	Panqueca de maçã, ovo e aveia

PERÍODO INTEGRAL	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	12/8	13/8	14/8	15/8	16/8
Entrada	Mamão	Bolo de banana (sem açúcar)	Suco polpa, pão francês e ovos mexidos	FERIADO MUNICIPAL	ANIVERSÁRIO DA CIDADE
Refeição I	Macarrão ao alho e azeite, frango ao molho vermelho. Brócolis cozido.	Arroz, feijão, salada de ovo com batata e tomate. Cozido de couve-flor. Ponkan	Arroz integral, feijão preto, pernil desfiado. Couve refogada. Salada de cenoura.		
Lanche I	Maçã	Manga	Banana		
Refeição II	Leite com bolo de banana (sem açúcar)	Suco de polpa, Quibe de forno com tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Ponkan		

*12h40, oferecer alimentação láctea (madadeira com fórmula indicada pela família), quando necessário
*Não adicionar sal e/ou leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 12 meses.
*Para crianças de até 12 meses, não oferecer suco, oferecer água em substituição.
*Oferecer o pão francês somente para crianças com 9 meses ou mais.
*É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.
*Para crianças de 6 a 12 meses serão oferecidos no início os alimentos com consistência pastosa (alimentos bem cozidos, amassados com o garfo, raspados) e progredir progressivamente aumentando a consistência (desfiados, picados), respeitando sempre a aceitação e o desenvolvimento da criança.
*Não serão oferecidas preparações liquidificadas e/ou peneiradas.

BRUNAROSSA
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

BERÇÁRIOS A e B e MATERNAL I

PERÍODO INTEGRAL	Segunda 19/8	Terça 20/8	Quarta 21/8	Quinta 22/8	Sexta 23/8
Entrada	SUSPENSÃO DE AULA	Bolo de laranja (sem açúcar)	Suco polpa, pão francês e ovos mexidos	Panqueca de banana, ovo e aveia	Virado de banana sem açúcar
Refeição I		Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Purê de batata. Salada de tomate	Arroz, feijão, ovo cozido, cenoura e abobrinha refogadas.	Arroz, feijão preto, pernil desfiado. Couve refogada. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão, frango em cubos ao molho vermelho, purê de batata. Salada de brócolis
Lanche I		Maçã	Virado de banana sem açúcar	Mamão	Manga
Refeição II		Suco polpa, pão francês e ovos mexidos	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate, batata e chuchu.	Suco de polpa Torta de frango com brócolis, tomate e batata.	Panqueca de maçã, ovo e aveia

PERÍODO INTEGRAL	Segunda 26/8	Terça 27/8	Quarta 28/8	Quinta 29/8	Sexta 30/8
Entrada	Mamão	Bolo de maçã (sem açúcar)	Suco polpa, pão francês e ovos mexidos	Panqueca de maçã, ovo e aveia	Virado de banana sem açúcar
Refeição I	Macarrão ao azeite, feijão, frango desfiado ao molho de tomate. Salada de couve-flor	Arroz, feijão, pernil em cubos, Abobrinha refogada. Salada de cenoura. Maçã	Arroz, feijão, salada de ovo com batata e tomate. Ervilha torta refogada.	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de brócolis	Arroz, feijão, carne bovina desfiada. Purê de mandioquinha. Salada de tomate
Lanche I	Maçã	Ponkan	Banana	Manga	Maçã
Refeição II	Leite com bolo de maçã (sem açúcar)	Suco polpa, pão francês e ovos mexidos	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango).	Suco de polpa Quibe de forno	Panqueca de banana, ovo e aveia

*12h40, oferecer alimentação láctea (madadeira com fórmula indicada pela família), quando necessário

*Não adicionar sal e/ou leite no preparo dos alimentos para as crianças com até 12 meses.

*Para crianças de até 12 meses, não oferecer suco, oferecer água em substituição.

*Oferecer o pão francês somente para crianças com 9 meses ou mais.

*É proibida a oferta de alimentos ultraprocessados e a adição de açúcar, mel e adoçante nas preparações culinárias e bebidas para as crianças até três anos de idade, conforme orientações do FNDE.

*Para crianças de 6 a 12 meses serão oferecidos no início os alimentos com consistência pastosa (alimentos bem cozidos, amassados com o garfo, raspados) e progredir progressivamente aumentando a consistência (desfiados, picados), respeitando sempre a aceitação e o desenvolvimento da criança.

*Não serão oferecidas preparações liquidificadas e/ou peneiradas.

BRUNARossi
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

BERÇÁRIOS A e B e MATERNAL I

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO

VALORES DE REFERÊNCIA PARA ENERGIA, MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

CRECHE (7-11 meses)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	203	28 a 33	5 a 8	6 a 8	150	15	78	2
Prescrição	212	37	8	4	357	53,58	66,23	1,81
Adequação	104%	112%	100%	67%	238%	357%	85%	91%

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	304	42 a 49	8 a 11	8 a 12	63	4	150	1
Prescrição	306	54	11	6	428	73	80,69	2,4
Adequação	100%	110%	100%	75%	679%	1820%	54%	240%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

CRECHE (7-11 meses)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	475	65 a 77	12 a 18	13 a 18	350	35	182	5
Prescrição	474,96	74	19	13	710,95	55,58	239,41	3,6
Adequação	100%	100%	105%	100%	203%	159%	132%	72%

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	708	97 a 115	18 a 27	20 a 28	147	9	350	2
Prescrição	722	115	27	19	949	93	323	5
Adequação	102%	100%	100%	95%	646%	1030%	92%	249%

BRUNAROSSA
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

MATERNAL II E INFANTIL I E II

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	5/8	6/8	7/8	8/8	9/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de laranja	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Virado de banana	Banana
Lanche da manhã	Arroz, feijão, macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate com beterraba	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de brócolis	Arroz integral, feijão preto, pernil em cubos. Salada de couve com tomate.	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Ponkan	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de couve-flor com tomate
Lanche I	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Virado de banana	Manga	Maçã
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de laranja	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Ponkan	Sopa de macarrão com frango desfiado, cenoura, tomate, batata e repolho.	Suco de polpa Torta de carne com batata, couve-flor e tomate.	Suco de polpa Pão com frango desfiado ao molho de tomate e cenoura

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	12/8	13/8	14/8	15/8	16/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de banana	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	FERIADO MUNICIPAL	ANIVERSÁRIO DA CIDADE
Lanche	Arroz, feijão, macarrão ao alho e azeite, frango ao molho branco. Salada de brócolis	Arroz, feijão, salada de ovo com batata e tomate. Cozido de couve-flor. Ponkan	Arroz integral, feijão preto, pernil acebolado. Couve refogada. Salada de cenoura.		
Lanche I	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Banana		
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de banana	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Ponkan		

*Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRQ Leite
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

MATERNAL II E INFANTIL I E II

	Segunda 19/8	Terça 20/8	Quarta 21/8	Quinta 22/8	Sexta 23/8
Desjejum	SUSPENSÃO DE AULA	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e pão com margarina	Manga	Virado de banana
Lanche		Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Purê de batata. Salada de tomate	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada.	Arroz, feijoada leve (feijão preto com pernil). Virado de couve. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão, frango em cubos ao molho vermelho, purê de batata. Salada de brócolis
Lanche I		Chocolate quente 32% cacau	Banana	Virado de banana	Manga
Lanche da tarde II		Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate, batata e chuchu. Ponkan	Suco de polpa Torta de frango com brócolis, tomate e batata.	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate

	Segunda 26/8	Terça 27/8	Quarta 28/8	Quinta 29/8	Sexta 30/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de chocolate	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Panqueca de maçã	Banana
Lanche	Arroz, feijão, macarrão ao alho e azeite, frango ao molho vermelho e salada de couve-flor	Arroz, feijão, pernil em cubos, virado de abobrinha. Salada de cenoura. Maçã	Arroz, feijão, salada de ovo com batata e tomate. Ervilha torta refogada.	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina. Batata assada. Salada de tomate
Lanche I	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Manga	Banana	Canjica
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de chocolate	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango).	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate

*Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRUN
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI MARIA CLEIDSON MENDES ROBERTI

MATERNAL II E INFANTIL I E II

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO

VALORES DE REFERÊNCIA PARA ENERGIA, MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	304	42 a 49	8 a 11	8 a 12	63	4	150	1
Prescrição	323,7	48	13	9	64,8	22,6	153	2
Adequação	106%	100%	118%	100%	130%	578%	102%	222%

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	404,66	60	11	14
Adequação	100%	100%	100%	100%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

CRECHE (1 a 3 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 25 a 35% do VET	Vitaminas		Minerais	
					A (mcg)	C (mcg)	Calcio (mg)	Ferro (mg)
Recomend.	708	97 a 115	18 a 27	20 a 28	147	9	350	2
Prescrição	718	116	30	15	76,81	37	282	3,9
Adequação	101%	100%	111%	75%	52%	400%	80%	186%

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	945Kcal	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Prescrição	945,15	144	30	29
Adequação	100%	100%	100%	100%

BRG Leda
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI DO BAIRRO DO SÍTIO

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	5/8	6/8	7/8	8/8	9/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de laranja	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Virado de banana	Banana
Lanche da manhã	Arroz, feijão, macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate com beterraba	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de brócolis	Arroz integral, feijão preto, pernil em cubos. Salada de couve com tomate.	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Ponkan	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de couve-flor com tomate
Lanche I	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Virado de banana	Manga	Maçã
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de laranja	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Ponkan	Sopa de macarrão com frango desfiado, cenoura, tomate, batata e repolho.	Suco de polpa Torta de carne com batata, couve-flor e tomate.	Suco de polpa Pão com frango desfiado ao molho de tomate e cenoura

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	12/8	13/8	14/8	15/8	16/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de banana	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	FERIADO MUNICIPAL	ANIVERSÁRIO DA CIDADE
Lanche	Arroz, feijão, macarrão ao alho e azeite, frango ao molho branco. Salada de brócolis	Arroz, feijão, salada de ovo com batata e tomate. Cozido de couve-flor. Ponkan	Arroz integral, feijão preto, pernil acebolado. Couve refogada. Salada de cenoura.		
Lanche I	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Banana		
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de banana	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango). Ponkan		

*Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodizio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRUNAROSSA
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI DO BAIRRO DO SÍTIO

	Segunda 19/8	Terça 20/8	Quarta 21/8	Quinta 22/8	Sexta 23/8
Desjejum	SUSPENSÃO DE AULA	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e pão com margarina	Manga	Virado de banana
Lanche		Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Purê de batata. Salada de tomate	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada.	Arroz, feijoado leve (feijão preto com pernil). Virado de couve. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão, frango em cubos ao molho vermelho, purê de batata. Salada de brócolis
Lanche I		Chocolate quente 32% cacau	Banana	Virado de banana	Manga
Lanche da tarde II		Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate, batata e chuchu. Ponkan	Suco de polpa Torta de frango com brócolis, tomate e batata.	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate

	Segunda 26/8	Terça 27/8	Quarta 28/8	Quinta 29/8	Sexta 30/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de chocolate	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Panqueca de maçã	Banana
Lanche	Arroz, feijão, macarrão ao alho e azeite, frango ao molho vermelho e salada de couve-flor	Arroz, feijão, pernil em cubos, virado de abobrinha. Salada de cenoura. Maçã	Arroz, feijão, salada de ovo com batata e tomate. Ervilha torta refogada.	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina. Batata assada. Salada de tomate
Lanche I	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Manga	Banana	Canjica
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de chocolate	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango).	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate

*Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.
O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRUNARossi
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI DO BAIRRO DO SÍTIO

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO

VALORES DE REFERÊNCIA PARA ENERGIA, MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	404,66	60	11	14
Adequação	100%	100%	100%	100%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	945Kcal	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Prescrição	945,15	144	30	29
Adequação	100%	100%	100%	100%

BRG Leite

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI DO BAIRRO DO QUILOMBO

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	5/8	6/8	7/8	8/8	9/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de laranja	Virado de banana	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Banana
Lanche da manhã	Arroz, feijão, macarrão ao alho e azeite, carne moída ao molho de tomate com beterraba	Arroz, feijão, estrogonofe de frango. Batata assada. Salada de brócolis	Arroz integral, feijão preto, pernil em cubos. Salada de couve com tomate.	Arroz, feijão preto, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada. Ponkan	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de couve-flor com tomate
Lanche I	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Manga	Virado de banana	Maçã
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de laranja	Sopa de macarrão com frango desfiado, cenoura, tomate, batata e repolho.	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Ponkan	Suco de polpa Torta de carne com batata, couve-flor e tomate.	Suco de polpa Pão com frango desfiado ao molho de tomate e cenoura

	Segunda	Terça	Quarta	Quinta	Sexta
	12/8	13/8	14/8	15/8	16/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de banana	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	FERIADO MUNICIPAL	ANIVERSÁRIO DA CIDADE
Lanche	Arroz, feijão, macarrão ao alho e azeite, frango ao molho branco. Salada de brócolis	Arroz, feijão, salada de ovo com batata e tomate. Cozido de couve-flor. Ponkan	Arroz integral, feijão preto, pernil acebolado. Couve refogada. Salada de cenoura.		
Lanche I	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Ponkan		
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de banana	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango).	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.		

*Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRUNARossi

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI DO BAIRRO DO QUILOMBO

	Segunda 19/8	Terça 20/8	Quarta 21/8	Quinta 22/8	Sexta 23/8
Desjejum	SUSPENSÃO DE AULA	Chocolate quente 32% cacau	Manga	Leite com café e pão com margarina	Virado de banana
Lanche		Arroz, feijão, carne de panela com cenoura. Purê de batata. Salada de tomate	Arroz, feijão, farofa de ovo com cenoura, abobrinha refogada.	Arroz, feijoado leve (feijão preto com pernil). Virado de couve. Salada de tomate. Ponkan	Arroz, feijão, frango em cubos ao molho vermelho, purê de batata. Salada de brócolis
Lanche I		Chocolate quente 32% cacau	Banana	Virado de banana	Manga
Lanche da tarde II		Sopa de macarrão com carne moída, cenoura, tomate, batata e chuchu. Ponkan	Suco de polpa Pão com ovo mexido. Maçã	Suco de polpa Torta de frango com brócolis, tomate e batata.	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate

	Segunda 26/8	Terça 27/8	Quarta 28/8	Quinta 29/8	Sexta 30/8
Desjejum	Chocolate quente 32% cacau	Leite com café e bolo de chocolate	Panqueca de maçã	Leite com chocolate 32% e pão com margarina	Banana
Lanche	Arroz, feijão, macarrão ao alho e azeite, frango ao molho vermelho e salada de couve-flor	Arroz, feijão, pernil em cubos, virado de abobrinha. Salada de cenoura. Maçã	Arroz, feijão, salada de ovo com batata e tomate. Ervilha torta refogada.	Arroz, feijão, lombo de cação assado com batata. Salada de brócolis	Arroz, feijão, estrogonofe de carne bovina. Batata assada. Salada de tomate
Lanche I	Maçã	Chocolate quente 32% cacau	Manga	Banana	Canjica
Lanche da tarde II	Leite com café e bolo de chocolate	Canja de galinha (arroz, cenoura, batata e frango).	Suco de polpa Pão com carne moída ao molho de tomate.	Suco de polpa Quibe de forno	Suco de polpa Pão com pernil desfiado ao molho de tomate

*Em caso de necessidade de alimentação especial, consulte o ANEXO I

O horário das refeições é definido de acordo com o rodízio de alunos, sempre respeitando o intervalo de 2h entre as refeições.

O cardápio poderá sofrer alterações de acordo com disponibilidade e controle geral dos alimentos.

BRG Leite

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

CEMEI DO BAIRRO DO QUILOMBO

COMPOSIÇÃO DO CARDAPIO

VALORES DE REFERÊNCIA PARA ENERGIA, MACRONUTRIENTES E MICRONUTRIENTES

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - I – Atender no mínimo 30% (trinta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, duas refeições, para as creches em período parcial;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	405Kcal	56 a 66	10 a 15	11 a 16
Prescrição	404,66	60	11	14
Adequação	100%	100%	100%	100%

Recomendação FNDE (nº 06, de 08 de Maio de 2020):

Art. 18 - II – Atender no mínimo 70% (setenta por cento) das necessidades nutricionais de energia, macronutrientes e micronutrientes prioritários, distribuídas em, no mínimo, três refeições, para as creches em período integral;

PRÉ ESCOLA (4 a 5 anos)	Energia (kcal)	Carboidrato (g) 55 a 65% VET	Proteínas (g) 10 a 15% VET	Gorduras (g) 15 a 30% do VET
Recomendação	945Kcal	130 a 154	24 a 35	26 a 37
Prescrição	945,15	144	30	29
Adequação	100%	100%	100%	100%

BRUNARossi

Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432





CARDÁPIO DE MERENDA ESCOLAR do Mês de AGOSTO

ANEXO I - ALIMENTAÇÃO ESPECIAL

TIPO DE RESTRIÇÃO	CONDUTAS
ALERGIA À PROTEÍNA DO LEITE	<ul style="list-style-type: none">· Não será ofertado leite de vaca (com ou sem lactose);· Será ofertado somente o leite vegetal (soja, coco, aveia, arroz) [Leite, leite com chocolate ou vitamina de frutas];· O leite de vaca será substituído pelo Leite Vegetal ou água em todas as preparações [purês, bolos, tortas e outros]
ALERGIA À CORANTES OU CONSERVANTES	<ul style="list-style-type: none">· Não serão ofertados produtos industrializados que contenham o aditivo· Em dia de festa, em substituição à salsicha, será ofertado carne ao molho
ALERGIA À OVOS	<ul style="list-style-type: none">· Não será ofertado ovos em geral, omeletes, macarrão com ovos em sua composição ou preparações com ovos [bolos, tortas, dentre outros];· O macarrão comum será substituído pelo macarrão de arroz (sem glúten e sem ovos);· Os ovos serão substituídos nas preparações culinárias [bolos, tortas, dentre outros] conforme fichas técnicas de preparação.
DIABETES MELLITUS	<ul style="list-style-type: none">· Não serão ofertadas preparações com açúcar;· Será estipulado o porcionamento dos alimentos para cada caso.
DOENÇA CELÍACA	<ul style="list-style-type: none">· Não serão ofertados alimentos que contenham Glúten sob nenhuma circunstância [trigo, aveia, centeio, malte ou cevada];· Os alimentos que contenham glúten serão substituídos conforme orientação do nutricionista· Cuidado no preparo dos alimentos para evitar contaminação cruzada, conforme Manual; Os utensílios e panelas utilizados no preparo das refeições são exclusivos para este fim;· No dia de pão, será ofertado pão caseiro sem glúten
INTOLERÂNCIA À LACTOSE	<ul style="list-style-type: none">· Será ofertado apenas o Leite Zero Lactose [Leite, leite com chocolate, café com leite, vitamina de frutas]· Conforme necessidade, após conversa com pais, o leite de vaca comum será substituído pelo Leite Zero Lactose em todas as preparações [purês, bolos, tortas e outros]
PEIXE, CARNE SUÍNA E DEMAIS ALERGIAS ESPECÍFICAS	<ul style="list-style-type: none">· Não serão ofertadas preparações com os alergênicos, conforme relação de alunos afixada na cozinha de cada escola;
VEGETARIANO / VEGANO	<ul style="list-style-type: none">· Será oferecida 1 porção extra de legume ou verdura + 1 porção extra de leguminosa já presentes no cardápio do dia.· Será oferecido ovo em substituição à carne em caso de aluno ovo lacto vegetariano

BRUNARossi
Bruna Rossi Nutricionista RT CRN 41432

