



PREFEITURA MUNICIPAL DE
CAMBARÁ

Programa de Alimentação Escolar

CARDÁPIOS PARA ALUNOS COM
INTOLERANCIA A LACTOSE E
ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE

“Creches”

CRECHES – Alunos de 6 até 12 meses

CRECHES – ALUNOS DE 6 ATÉ 12 MESES

MÊS DE FEVEREIRO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 06/02/2023	3ª FEIRA 07/02/2023	4ª FEIRA 08/02/2023	5ª FEIRA 09/02/2023	6ª FEIRA 10/02/2023
DESJEJUM 7:50: 8:10	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	PAPINHA DE LEGUMES E PEITO DE FRANGO INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE.	PAPINHA DE ARROZ COM LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E CARNE BOVINA INGREDIENTES: ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, CALDO DE FEIJÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA E LEGUMES INGREDIENTES: MANDIOCA, CENOURA, ABÓBORA SECA, COUVE MANTEIGA, CEBOLA E ALHO	PAPINHA DE ERVILHA SECA LEGUMES E FRANGO. INGREDIENTES: ERVILHA SECA, BATATA INGLESA TOMATE, ABOBRINHA, COUVE FLOR, ALHO E CEBOLINHA VERDE
LANCHE I: 13:00 ÀS 13:30	PAPA BANANA COM LARANJA LIMA LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE MAMÃO PAPAYA AMASSADO , LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA ABACAXI COM MAÇA COZIDAS E AMASSADAS LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE MELANCIA LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	BANANA NANICA AMASSADA LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
LANCHE II 15:30 às 16:00	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE FUBÁ, LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FUBÁ, ABÓBORA CABOTIÁ, BATATA INGLESA, CHUCHU, COUVE MANTEIGA E ALHO.	PAPINHA DE FEIJÃO COM LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FEIJÃO CARIOCA, BATATA DOCE, BETERRABA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO VERDE.	PAPINHA DE LEGUMES ARROZ E FRANGO INGREDIENTES: ARROZ, PEITO DE FRANGO DESFIADO E PICADO, ABOBRINHA, BATATA, BRÓCOLIS, E CEBOLA	PAPINHA DE MANDIOQUINHA LEGUMES E FRANGO INGREDIENTES: MANDIOQUINHA SALSA, ERVILHA SECA, ABÓBORA CABOTIÁ, BRÓCOLIS E CEBOLA

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(Berçário de 6 a 12 meses))	547	74,39	25,62	16,95	239,32	6,42	444,21	6,88	94,78	4,95	53,42	493,04

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.



CRECHES – Alunos de 6 até 12 meses

MÊS DE FEVEREIRO/2023

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	2ª FEIRA 13/02/2023	3ª FEIRA 14/02/2023	4ª FEIRA 15/02/2023	5ª FEIRA 16/02/2023	6ª FEIRA 17/02/2023
DESJEJUM 7:15 A 7:30	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA INFANTIL 2
ALMOÇO: 10:00 ÀS 10:30	PAPINHA DE ARROZ,, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE MANDIOQUINHA LEGUMES E FRANGO INGREDIENTES: MANDIOQUINHA SALSA, ERVILHA SECA, ABÓBORA CABOTIÁ, BRÓCOLIS E CEBOLA	PAPINHA DE FEIJÃO COM LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FEIJÃO CARIOCA, BATATA DOCE, BETERRABA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE LEGUMES ARROZ E FRANGO INGREDIENTES: ARROZ, PEITO DE FRANGO DESFIADO E PICADO, ABOBRINHA, BATATA, BRÓCOLIS, E CEBOLA	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E CARNE BOVINA INGREDIENTES: ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, CALDO DE FEIJÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE
LANCHE 13:00 ÀS 13:30	PAPINHA DE MANGA C/ MAÇÃ(COZIDA) AMASSADOS LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE MELÃO / LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE BANANA MAÇA AMASSADA / LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE MAÇA COZIDA E AMASSADA/ LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE BANANA AMASSADA/ LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
LANCHE II 15:30 ÀS 16:00	PAPINHA DE FUBÁ, LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FUBÁ, ABÓBORA CABOTIÁ, BATATA INGLESA, CHUCHU, COUVE MANTEIGA E ALHO.	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E CARNE BOVINA INGREDIENTES: ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, CALDO DE FEIJÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE LEGUMES E PEITO DE FRANGO INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE.	PAPINHA DE FUBÁ, LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FUBÁ, ABÓBORA CABOTIÁ, BATATA INGLESA, CHUCHU, COUVE MANTEIGA E ALHO.	PAPINHA DE ARROZ,, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(Berçário de 6 a 12 meses))	553	76,8	25,43	16,86	226,78	8,06	449,48	6,77	90,45	5,32	47,37	443,54

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



CRECHES – Alunos de 6 até 12 meses

MÊS DE FEVEREIRO/2023

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	2ª FEIRA 20/02/2023	3ª FEIRA 21/02/2023	4ª FEIRA 22/02/2023	5ª FEIRA 23/02/2023	6ª FEIRA 24/02/2023
DESJEJUM 7:15 A 7:30				LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
ALMOÇO: 10:00 ÀS 10:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	PAPINHA DE LEGUMES E PEITO DE FRANGO INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE.	PAPINHA DE ARROZ,, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE
LANCHE 13:00 ÀS 13:30				PAPINHA DE BANANA C/ LARANJA LIMA/ LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE ABACATE COM BANANA / LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
LANCHE II 15:30 ÀS 16:00				PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:MANDIOCA, CARNE BOVINA(MUSC. MOÍDO), CENOURA, ABOBORA SECA, CEBOLA E COUVE MANTEIGA PICADINHO

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(Berçário de 6 a 12 meses)	576	78,96	26,8	17,56	253,16	7,66	443,94	7,09	95,52	5,15	47,44	487,53

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



CRECHES – Alunos de 6 até 12 meses

MÊS DE FEVEREIRO, MARÇO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 27/02/2023	3ª FEIRA 28/02/2023	4ª FEIRA 01/03/2023	5ª FEIRA 02/03/2023	6ª FEIRA 03/03/2023
DESJEJUM 7:15 A 7:30	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
ALMOÇO: 10:00 ÀS 10:30	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE LEGUMES E PEITO DE FRANGO INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE FEIJÃO COM LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FEIJÃO CARIOCA, BATATA DOCE, BETERRABA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE LEGUMES ARROZ E FRANGO INGREDIENTES: ARROZ, PEITO DE FRANGO DESFIADO E PICADO, ABOBRINHA, BATATA, BRÓCOLIS, E CEBOLA	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E CARNE BOVINA INGREDIENTES: ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, CALDO DE FEIJÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE
LANCHE 13:00 ÀS 13:30	PAPA DE MAMÃO PAPAYA LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE BANANA C/ MELÃO / LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE ABACAXI COM MAÇÃ(COZIDAS E AMASSADAS)/ LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE MAÇA COZIDA E AMASSADA/ LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE BANANA AMASSADA/ LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
LANCHE II 15:30 ÀS 16:00	PAPINHA DE ERVILHA SECA LEGUMES E FRANGO. INGREDIENTES: ERVILHA SECA, BATATA INGLESA TOMATE, ABOBRINHA, COUVE FLOR, ALHO E CEBOLINHA VERDE	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E CARNE BOVINA INGREDIENTES: ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, CALDO DE FEIJÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE MANDIOQUINHA LEGUMES E FRANGO INGREDIENTES: MANDIOQUINHA SALSA, ERVILHA SECA, ABÓBORA CABOTIÁ, BRÓCOLIS E CEBOLA	PAPINHA DE FUBÁ, LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FUBÁ, ABÓBORA CABOTIÁ, BATATA INGLESA, CHUCHU, COUVE MANTEIGA E ALHO.	PAPINHA DE ARROZ,, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(Berçário de 6 a 12 meses)	576	78,96	26,8	17,56	253,16	7,66	443,94	7,09	95,52	5,15	47,44	487,53

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.



Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



CRECHES – ALUNOS DE 6 ATÉ 12 MESES

MÊS DE MARÇO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 06/03/2023	3ª FEIRA 07/03/2023	4ª FEIRA 08/03/2023	5ª FEIRA 09/03/2023	6ª FEIRA 10/03/2023
DESJEJUM 7:50: 8:10	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E CARNE BOVINA INGREDIENTES: ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, CALDO DE FEIJÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE ARROZ COM LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE LEGUMES E PEITO DE FRANGO INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE.	PAPINHA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA E LEGUMES INGREDIENTES: MANDIOCA, CENOURA, ABÓBORA SECA, COUVE MANTEIGA, CEBOLA E ALHO	PAPINHA DE ERVILHA SECA LEGUMES E FRANGO. INGREDIENTES: ERVILHA SECA, BATATA INGLESA TOMATE, ABOBRINHA, COUVE FLOR, ALHO E CEBOLINHA VERDE
LANCHE I: 13:00 ÀS 13:30	PAPA BANANA NANICA AMASSADA LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE MAMÃO PAPAYA AMASSADO , FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	ABACAXI COM MAÇA COZIDAS E AMASSADAS LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE MELANCIA LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	BANANA COM LARANJA LIMA /LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
LANCHE II 15:30 às 16:00	PAPINHA DE MANDIOQUINHA LEGUMES E FRANGO INGREDIENTES: MANDIOQUINHA SALSA, ERVILHA SECA, ABÓBORA CABOTIÁ, BRÓCOLIS E CEBOLA	PAPINHA DE FUBÁ, LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FUBÁ, ABÓBORA CABOTIÁ, BATATA INGLESA, CHUCHU, COUVE MANTEIGA E ALHO.	PAPINHA DE FEIJÃO COM LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FEIJÃO CARIOCA, BATATA DOCE, BETERRABA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO VERDE.	PAPINHA DE LEGUMES ARROZ E FRANGO INGREDIENTES: ARROZ, PEITO DE FRANGO DESFIADO E PICADO, ABOBRINHA, BATATA, BRÓCOLIS, E CEBOLA	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHAOVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(Berçário de 6 a 12 meses))	547	74,39	25,62	16,95	239,32	6,42	444,21	6,88	94,78	4,95	53,42	493,04

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDOASSIM DESPERDÍCIOS.


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



CRECHES – Alunos de 6 até 12 meses

MÊS DE MARÇO/2023

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	2ª FEIRA 13/03/2023	3ª FEIRA 14/03/2023	4ª FEIRA 15/03/2023	5ª FEIRA 16/03/2023	6ª FEIRA 17/03/2023
DESJEJUM 7:15 A 7:30	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
ALMOÇO: 10:00 ÀS 10:30	PAPINHA DE FEIJÃO COM LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FEIJÃO CARIOCA, BATATA DOCE, BETERRABA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE ERVILHA SECA LEGUMES E FRANGO. INGREDIENTES: ERVILHA SECA, BATATA INGLESA TOMATE, ABOBRINHA, COUVE FLOR, ALHO E CEBOLINHA VERDE	PAPINHA DE ARROZ,, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE MANDIOQUINHA LEGUMES E FRANGO INGREDIENTES: MANDIOQUINHA SALSA, ERVILHA SECA, ABÓBORA CABOTIÁ, BRÓCOLIS E CEBOLA	PAPINHA DE FEIJÃO COM LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FEIJÃO CARIOCA, BATATA DOCE, BETERRABA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO VERDE
LANCHE 13:00 ÀS 13:30	PAPA DE MAÇA RASPADA / LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE MAMÃO COM BANANA NANICA / LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE MANGA C/ MAÇÃ(COZIDA) AMASSADOS LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE MELÃO /LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE BANANA MAÇA AMASSADA / LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
LANCHE II 15:30 ÀS 16:00	PAPINHA DE LEGUMES ARROZ E FRANGO INGREDIENTES: ARROZ, PEITO DE FRANGO DESFIADO E PICADO, ABOBRINHA, BATATA, BRÓCOLIS, E CEBOLA	PAPINHA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:MANDIOCA, CARNE BOVINA(MUSC. MOÍDO), CENOURA, ABOBORA SECA, CEBOLA E COUVE MANTEIGA PICADINHO	PAPINHA DE FUBÁ, LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FUBÁ, ABÓBORA CABOTIÁ, BATATA INGLESA, CHUCHU, COUVE MANTEIGA E ALHO.	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E CARNE BOVINA INGREDIENTES: ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, CALDO DE FEIJÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE LEGUMES E PEITO DE FRANGO INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(Berçário de 6 a 12 meses))	553	76,8	25,43	16,86	226,78	8,06	449,48	6,77	90,45	5,32	47,37	443,54

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



CRECHES – Alunos de 6 até 12 meses

MÊS DE MARÇO/2023

REFEIÇÕES/ HORÁRIOS	2ª FEIRA 20/03/2023	3ª FEIRA 21/03/2023	4ª FEIRA 22/03/2023	5ª FEIRA 23/03/2023	6ª FEIRA 24/03/2023
DESJEJUM 7:15 A 7:30	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
ALMOÇO: 10:00 ÀS 10:30	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E CARNE BOVINA INGREDIENTES: ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, CALDO DE FEIJÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE LEGUMES E PEITO DE FRANGO INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE.	PAPINHA DE FUBÁ, LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FUBÁ, ABÓBORA CABOTIÁ, BATATA INGLESA, CHUCHU, COUVE MANTEIGA E ALHO.	PAPINHA DE ARROZ,, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE FEIJÃO COM LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FEIJÃO CARIOCA, BATATA DOCE, BETERRABA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO VERDE.
LANCHE 13:00 ÀS 13:30	PAPA DE MANGA/ LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE BANANA C/ LARANJA LIMA LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE MAÇÃ, MAMÃO E LARANJA/ LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE ABACATE COM BANANA /LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE MAMÃO FORMOSA AMASSADO / LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
LANCHE II 15:30 ÀS 16:00	PAPINHA DE MANDIOQUINHA LEGUMES E FRANGO INGREDIENTES: MANDIOQUINHA SALSA, ERVILHA SECA, ABÓBORA CABOTIÁ, BRÓCOLIS E CEBOLA	PAPINHA DE ARROZ,, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE ERVILHA SECA LEGUMES E FRANGO. INGREDIENTES: ERVILHA SECA, BATATA INGLESA TOMATE, ABOBRINHA, COUVE FLOR, ALHO E CEBOLINHA VERDE	PAPINHA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:MANDIOCA, CARNE BOVINA(MUSC. MOÍDO), CENOURA, ABOBORA SECA, CEBOLA E COUVE MANTEIGA PICADINHO	PAPINHA DE LEGUMES ARROZ E FRANGO INGREDIENTES: ARROZ, PEITO DE FRANGO DESFIADO E PICADO, ABOBRINHA, BATATA, BRÓCOLIS, E CEBOLA

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(Berçário de 6 a 12 meses))	585	80,55	26,72	18,29	240,01	8,51	454,37	7,02	97,55	5,28	62,17	495,07


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



CRECHES- ALUNOS DE 6 À 12 MESES

MÊS DE MARÇO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 27/03/2023	3ª FEIRA 28/03/2023	4ª FEIRA 29/03/2023	5ª FEIRA 30/03/2023	6ª FEIRA 31/03/2023
DESJEJUM 7:15 A 7:30	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
ALMOÇO: 10:00 ÀS 10:30	PAPINHA DE MANDIOQUINHA LEGUMES E FRANGO INGREDIENTES: MANDIOQUINHA SALSA, ERVILHA SECA, ABÓBORA CABOTIÁ, BRÓCOLIS E CEBOLA	PAPINHA DE ARROZ, LEGUMES E CARNE BOVINA INGREDIENTES: ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, CALDO DE FEIJÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE FEIJÃO COM LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FEIJÃO CARIOCA, BATATA DOCE, BETERRABA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE MANDIOQUINHA LEGUMES E FRANGO INGREDIENTES: MANDIOQUINHA SALSA, ERVILHA SECA, ABÓBORA CABOTIÁ, BRÓCOLIS E CEBOLA	PAPINHA DE FUBÁ, LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FUBÁ, ABÓBORA CABOTIÁ, BATATA INGLESA, CHUCHU, COUVE MANTEIGA E ALHO.
LANCHE 13:00 ÀS 13:30	PAPINHA DE MAÇA RASPADA / LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE MANGA AMASSADA LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPA DE MELANCIA, /LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE ABACATE COM MAMÃO LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2	PAPINHA DE MAÇA COM LARANJA LIMA / LEITE MATERNO OU FÓRMULA ESPECIAL INFANTIL 2
LANCHE II 15:30 ÀS 16:00	PAPINHA DE FEIJÃO COM LEGUMES E CARNE INGREDIENTES: FEIJÃO CARIOCA, BATATA DOCE, BETERRABA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE ERVILHA SECA LEGUMES E FRANGO. INGREDIENTES: ERVILHA SECA, BATATA INGLESA TOMATE, ABOBRINHA, COUVE FLOR, ALHO E CEBOLINHA VERDE	PAPINHA DE ARROZ,, LEGUMES E OVO INGREDIENTES: ARROZ, FEIJÃO CARIOCA, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PAPINHA DE ERVILHA SECA LEGUMES E FRANGO. INGREDIENTES: ERVILHA SECA, BATATA INGLESA TOMATE, ABOBRINHA, COUVE FLOR, ALHO E CEBOLINHA VERDE	PAPINHA DE LEGUMES E PEITO DE FRANGO INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(Berçário de 6 a 12 meses))	574	77,36	26,76	18,6	223,92	8,61	456,55	6,99	89,93	5,14	51,12	441,38

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

Anali Camargo
Nutricionista CRN8 7776



ORIENTAÇÕES IMPORTANTES:

Os alimentos introduzidos devem ser inicialmente semi-sólidos e macios, sob a forma de purê, podendo ser peneirados na 1ª semana, e a partir disso, amassados e NUNCA LIQUIDIFICADOS. A partir do 8º mês, a criança deve receber os alimentos amassados, desfiados e picados ou cortados em pedaços pequenos, evoluindo gradativamente. Por volta de um ano, as crianças embora ainda tenham poucos dentes e necessitem de pedaços macios e pequenos serão capazes de comer os alimentos na mesma consistência daqueles preparados para crianças maiores.

Crianças de 0 a 4 meses

Servir somente a fórmula infantil quatro vezes ao dia e água nos intervalos. Se a criança for amamentada, deverá receber somente o leite materno (caso a mãe leve para a unidade), sem necessidade da oferta de água ou chás.

Crianças de 4 a 6 meses

A introdução de alimentos nessa faixa etária só é recomendada caso já tenha ocorrido em casa, conforme orientado pelos pais.

Durante esta faixa etária é preferível a introdução somente das frutas nos lanches, porém, se as refeições principais já foram introduzidas na alimentação (pelos pais), esta será mantida na creche.

Para bebê que consome somente as frutas, a fórmula infantil deverá ser oferecida e incentivado o seu consumo duas vezes ao dia. Oferecer a fórmula infantil, conforme aceitação e se a criança tiver fome, para aquelas que já se alimentam de todas as refeições (no mínimo 30 min após a refeição). O arroz deve ser bem cozido a ponto de poder ser amassado, assim como os outros alimentos do cardápio. A carne nesta faixa etária deve ser passada na peneira. Não liquidificar.

Crianças de 6 a 8 meses

Os alimentos devem ser bem cozidos e amassados com o garfo.

É proibido liquidificar os alimentos, com exceção em casos específicos e a partir da apresentação de **laudo médico** aprovado pela SME. As carnes e frango desfiado deverão também ser cortados. Ovo oferecer somente a gema

Crianças de 8 a 12 meses

Os alimentos devem ser oferecidos amassados, raspados, desfiados e gradativamente em pedaços maiores e mais sólidos. Ovo oferecer somente a gema até os 9 meses após ovo inteiro

Não oferecer leite de vaca, mel e peixe para crianças menores de 1 ano de idade. A clara de ovo só deve ser oferecida a criança a partir dos 9 meses de idade.

Alteração de cardápio:

O cardápio estará sujeito a alterações pelo Setor de Alimentação e Nutrição Escolar em virtude da disponibilidade dos gêneros alimentícios.

OBS: Os hortifrúteis do cardápio podem sofrer alterações devido a safra, colheita, clima ou problemas no fornecimento

	Consistência da Alimentação Complementar (de acordo com a faixa etária)		
Tipos de alimentos	4-5 meses (Pastosa- bem amassada)	6-7 meses (pastosa - amassada)	8-11 meses (Branda - textura macia)
Carne	Bem cozida e desfiada	Bem cozida e desfiada	Bem cozida em pedaços pequenos / Desfiada
Ovos	Gema bem cozida e amassada	Ovo inteiro (gema e clara) - Cozido e amassado	Ovo inteiro (gema e clara) - Cozido e picado em pedaços/ mexidos
Legumes	Bem cozidos e amassados	Cozidos e Amassados	Cozidos e picados em pedaços pequenos
Arroz	Papa	Bem cozido	Bem cozido
Feijão	Batido	Amassado	Amassado
Verduras		Bem cozidas e bem picadinhas	Cozidos e picados em pedaços pequenos
Frutas	Bem raspadas ou bem amassadas	Raspadas / Amassadas	Pouco amassadas (com pedacinhos) / Pedacos pequenos

OBSERVAÇÕES: Os alimentos deverão ser preparados e servidos, de acordo com a tabela de consistência, por faixa etária.

O leite não deverão ser adoçados./ O leite deverá ser diluído em água filtrada ou fervida.

Ressaltamos que todos os alimentos deverão ser oferecidos ao bebê, **SOMENTE** quando liberados pelos pais e/ou pediatra e/ou nutricionista.



PREFEITURA MUNICIPAL DE
CAMBARÁ

Programa de Alimentação Escolar

CARDÁPIOS

“Creches”

**“PARA ALUNOS COM
INTOLERÂNCIA A LACTOSE E
ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE”**

Alunos de 1 a 3 anos

Período Integral




Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776

SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS

MÊS DE FEVEREIRO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 06/02/2023	3ª FEIRA 07/02/2023	4ª FEIRA 08/02/2023	5ª FEIRA 09/02/2023	6ª FEIRA 10/02/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDA COM BANANA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDA COM BANANA E MAÇA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) QUIBE ASSADO AO MOLHO NATURAL DE TOMATE INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC.MÓIDO), TRIGO PARA QUIBE, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: RÚCULA, FRUTA: TANGERINA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA)TIRAS DE PATINHO ACEBOLADA/ SA: ALFACE C/ CENOURA/ FRUTA: LARANJA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ CARNE DE PANELA COM BATATA DOCE. INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MUSC EM CUBOS), BATATA DOCE, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: CENOURA E BETERRABA COZIDA/ FRUTA: PICADINHO DE MANGA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) COXA E SOBRE COXA ASSADA/ PURÊ DE BATATA SEM LEITE/ SA:ALFACE COM ALMEIRÃO/ FRUTA; PICADINHO DE ABACAXI	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA MOIDA COM BATATAS/ INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC. MÓIDO), BATATAS, CENOURA, TOMATE E CHEIRO VERDE/ SA; ALMEIRÃO COM REPOLHO/ SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA
LANCHE 13:00 às 13:30	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE.SU: NATURAL DE MELANCIA	PICADINHO DE MAMÃO FORMOSA	BANANA NANICA C/ AVEIA	PÃO FRANCÊS TORRADO COM OREGANO / BEBIDA A BASE DE SOJA COM MORANGO	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES, INGREDIENTES: FRANGO (PEITO DESFIADO), FARINHA DE TRIGO, OVOS, REPOLHO, CENOURA, MILHO, TOMATE E CEBOLA SU: NATURAL DE MELANCIA
LANCHE II 15:30 às 16:00	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	SOPA DE ERVILHA SECA COM FRANGO E LEGUMES: INGREDIENTES; BATATA, ERVILHA SECA, CENOURA, ABOBORA SECA, PEITO DE FRANGO, COUVE MANTEIGA PICADO E CEBOLA	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO, INGREDIENTES:MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO, CHUCHU, COUVE FLOR E CEBOLA	SOPA DE ARROZ COM LEGUMES, INGREDIENTES: ARROZ BRANCO, ABOBORA SECA, CHUCHU, REPOLHO, ERVILHA SECA, CARNE BOVINA(MÚSC. MÓIDO) E CEBOLA	MACARRÃO COLORIDO, INGREDIENTES: MACARRÃO, ABOBRINHA, COUVE MANTEIGA, CENOURA

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(1 A 3 ANOS)	808	126,09	38,06	16,45	819,07	10,22	347,93	5,34	142,44	6,1	85,32	361,32


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776





CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS

MÊS DE FEVEREIRO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 13/02/2023	3ª FEIRA 14/02/2023	4ª FEIRA 15/02/2023	5ª FEIRA 16/02/2023	6ª FEIRA 17/02/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) CARNE MOÍDA AO MOLHO NATURAL DE TOMATE INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC.MOÍDO) TOMATE CHUCHU, CENOURA, CEBOLA E ABOBORÁ SECA E CHEIRO VERDE/ SA; MISTA DE FOLHAS/ FRUTA : LARANJA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ TIRAS BOVINA PATINHO) COM LEGUMES INGREDIENTES: BERINJELA, CENOURA, PIMENTÃO BATATA, CHEIRO VERDE E CEBOLA SA: TOMATE COM PEPINO FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ OMELETE DE FORNO COM LEGUMES INGREDIENTES: OVOS, ABOBRINHA, BRÓCOLIS, TOMATE E CEBOLA/ SA: ALMEIRÃO. FRUTA: BANANA NANICA	POLENTA COLORIDA COM CARNE BOVINA MOÍDA INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO), ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA E CHEIRO VERDE/ SA: CHICÓRIA/ FRUTA; PICADINHO DE MELANCIA	COXA E SOBRE COXA ASSADA/ ARROZ COLORIDO INGREDIENTES: ARROZ, ERVILHA SECA, CENOURA, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ FAROFA DE MILHO TEMPERADA COM ALHO, CEBOLA, AÇAFÃO E CHEIRO VERDE/ SA: MISTA DE FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS(CHICÓRIA, ALFACE E ALMEIRÃO). FRUTA: MAÇÃ
LANCHE 13:00 às 13:30	SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA	PASTEL ASSADO DE FRANGO COM LEGUMES INGREDIENTES; FARINHA DE TRIGO, PEITO DE FRANGO DESFIADO, BERINJELA, OVOS, ABOBRINHA, TOMATE E CEBOLA SU: NATURAL DE LARANJA	PÃO CASEIRO SEM LEITE C/ MANTEIGA DE COCO/ VITAMINA DE BANANA COM LEITE DE SOJA	SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA	BANANA NANICA COM AVEIA EM FLOCOS
LANCHE II 15:30 às 16:00	SOPA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA, INGREDIENTES; MANDIOCA, CARNE BOVINA MUSC. MOÍDO, ABOBORÁ SECA, CENOURA, CEBOLA E COUVE MANTEIGA PICADO	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO, INGREDIENTES:MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO, CHUCHU, COUVE FLOR E CEBOLA	SOPA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA, INGREDIENTES; MANDIOCA, CARNE BOVINA MUSC. MOÍDO, ABOBORÁ SECA, CENOURA, CEBOLA E COUVE MANTEIGA PICADO	PÃO FRANCÊS COM MOLHO DE FRANGO E LEGUMES INGREDIENTES: FRANGO(PEITO DESFIADO), ERVILHA SECA, CENOURA, TOMATE, PIMENTÃO VERDE E CEBOLA/ SU: NATURAL DE LARANJA COM MORANGO	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(1 A 3 ANOS)	720	112,55	31,8	16,295	646,585	8,975	355,07	4,735	120,305	5,33	91,66	266,36


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776





CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS					
MÊS DE FEVEREIRO/2022					
REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 20/02/2023	3ª FEIRA 21/02/2023	4ª FEIRA 22/02/2023	5ª FEIRA 23/02/2023	6ª FEIRA 24/02/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30				BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RISOTO CARNE BOVINA COM LEGUMES INGREDIENTES: CARNE BOVINA (MÚSCULO MOÍDO), ARROZ, ERVILHA SECA, CENOURA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO. SA: ALMEIRÃO COM REPOLHO FRUTA: PICADINHO ABACAXI	COXA E SOBRE COXA ASSADA COM BATATAS/ MACARRONADA AO SUGO INGREDIENTES: MACARRÃO, TOMATE E CEBOLA SA: MISTA DE FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS(CHICÓRIA, ALFACE E ALMEIRÃO).
LANCHE 13:00 às 13:30				PICADINHO DE MANGA	SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA
LANCHE II 15:30 às 16:00				MACARRÃO COLORIDO, INGREDIENTES: MACARRÃO, ABOBRINHA, COUVE MANTEIGA, CENOURA	SOPA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA, INGREDIENTES; MANDIOCA, CARNE BOVINA MUSC. MOÍDO, ABOBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E COUVE MANTEIGA PICADO

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(1 A 3 ANOS)	731	112,82	31,56	17,62	619,50	8,59	422,15	4,49	117,84	5,10	95,71	269,99


Analia Camargo
Nutricionista CRN8 7776





CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS

MÊS DE FEVEREIRO, MARÇO/2022

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 27/02/2023	3ª FEIRA 28/02/2023	4ª FEIRA 01/03/2023	5ª FEIRA 02/03/2023	6ª FEIRA 03/03/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ OMELETE DE FORNO COM LEGUMES INGREDIENTES: OVOS, ABOBRINHA, BRÓCOLIS, TOMATE E CEBOLA/SA: ALFACE COM CENOURA. FRUTA: PICADINHO MAÇA	ARROZ COLORIDO INGREDIENTES: CENOURA, MILHO VERDE, ERVILHA SECA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ TIRAS BOVINA(PATINHO) ACEBOLADA SA: TOMATE C/ PEPINO/ FRUTA: LARANJA	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ FRANGO XAADREZ INGREDIENTES: FRANGO(PEITO), PIMENTÃO VERMELHO E VERDE, CENOURA, CEBOLA REPOLHO E VAGEM/ SA: MISTA DE FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS(CHICÓRIA, ALFACE E ALMEIRÃO)/ FRUTA: PICADINHO DE MELÃO	MACARRONADA COM TIRAS DE PATINHO E LEGUMES INGREDIENTES: BETERRABA, CHUCHU, CENOURA, PIMENTÃO, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE. SA: ALFACE	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ FILÉ DE TILÁPIA AO FORNO COM BATATAS INGREDIENTES: PIMENTÃO VERMELHO E VERDE, TOMATE, BATATAS, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: COUVE MANTEIGA PICADO/ FRUTA; LARANJA
LANCHE 13:00 às 13:30	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE. SU: NATURAL DE LARANJA COM MORANGO	BANANA NANICA COM AVEIA EM FLOCOS FINOS	PASTEL ASSADO DE FRANGO COM LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, PEITO DE FRANGO DESFIADO, BERINJELA, OVOS, ABOBRINHA, TOMATE E CEBOLA / LEITE DE SOJA BATIDO COM MORANGO / SEM AÇÚCAR	SALADA DE FRUTAS: BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA	VITAMINA DE BANANA NANICA, MAMÃO COM LEITE DE SOJA
LANCHE II 15:30 às 16:00	MACARRONADA COM CARNE BOVINA MOÍDA E LEGUMES INGREDIENTES: CENOURA, ABOBRINHA, CHUCHU, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES/ INGREDIENTES: FRANGO(PEITO) ARROZ, ERVILHA SECA, ABOBRINHA, CEBOLA, MILHO VERDE, E CHEIRO VERDE	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO, INGREDIENTES: MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO, CHUCHU, COUVE FLOR E CEBOLA	SOPA DE BATATA INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA CABOTIA, CHUCHU, ERVILHA SECA, PEITO DE FRANGO, COUVE MANTEIGA PICADO E CEBOLA	PÃO COM HAMBURGUER CASEIRO E SALADA INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO), ALFACE E TOMATE SU: NATURAL DE MELANCIA

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIS(1 A 3 ANOS)	759	112,13	36,82	18,34	659,25	8,67	388,28	4,75	122,65	5,11	78,70	250,52


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776





CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS
MÊS DE MARÇO /2022

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 06/03/2023	3ª FEIRA 07/03/2023	4ª FEIRA 08/03/2023	5ª FEIRA 09/03/2023	6ª FEIRA 10/03/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA ALMONDEGAS AO MOLHO NATURAL DE TOMATE/ SA: CHICÓRIA COM TOMATE/ FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO COM MANGA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ ENSOPADO DE FRANGO PEITO COM LEGUMES: INGREDIENTES; PEITO DE FRANGO, BATATA INGLESA, TOMATE, CENOURA, ABÓBORA SECA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: MISTA DE FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS(CHICÓRIA, ALFACE E ALMEIRÃO)FRUTA: PICADINHO MELANCIA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ TIRAS BOVINA PATINHO) COM LEGUMES INGREDIENTES: BERINJELA, CENOURA, PIMENTÃO, BATATA, CHEIRO VERDE E CEBOLA SA: ALMEIRÃO COM REPOLHO FRUTA: TANGERINA	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ COXA E SOBRE COXA ASSADA COM BATATAS INGREDIENTES: SA: ALFACE COM TOMATE	RISOTO COM CARNE E LEGUMES INGREDIENTES: CARNE BOVINA (MÚSCULO MOÍDO), ARROZ, ERVILHA SECA,CENOURA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO SA: CHICÓRIA/ FRUTA: PICADINHO DE MANGA
LANCHE 13:00 às 13:30	MINGAU DE AVEIA COM BANANA NANICA S/ AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SU: NATURAL DE LARANJA	PASTEL ASSADO DE FRANGO COM LEGUMES INGREDIENTES; FARINHA DE TRIGO, PEITO DE FRANGO DESFIADO, BERINJELA, OVOS, ABOBRINHA, TOMATE E CEBOLA / LEITE DE SOJA COM MORANGO S/ AÇÚCAR	SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA	BANANA NANICA COM AVEIA EM FLOCOS FINOS
LANCHE II 15:30 às 16:00	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO, INGREDIENTES:MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO, CHUCHU, COUVE FLOR E CEBOLA	POLENTA COLORIDA COM CARNE MOÍDA/ INGREDIENTES: FUBÁ, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	SOPA DE BATATA INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA CABOTIA, CHUCHU, ERVILHA SECA, PEITO DE FRANGO, COUVE MANTEIGA PICADO E CEBOLA	SOPA DE ARROZ COM LEGUMES, INGREDIENTES: ARROZ BRANCO, ABOBORA SECA, CHUCHU, REPOLHO, ERVILHA SECA, CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO) E CEBOLA	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	Vit. A (mcg)
CEMEIs(1 A 3 ANOS)	816	124,65	38,382	18,546	677,484	9,658	414,978	6,184	140,578	6,104	77,864	219,83


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776





CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS

MÊS DE AGOSTO/2022

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 13/03/2023	3ª FEIRA 14/08/2023	4ª FEIRA 15/03/2023	5ª FEIRA 16/03/2023	6ª FEIRA 17/03/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ CARNE DE PANELA COM BATATA DOCE INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MUSC. EM CUBOS), BATATA DOCE, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: ALFACE COM TOMATE/ PICADINHO DE MANGA COM MAMÃO	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) PICADINHO DE FRANGO (PEITO)ACEBOLADO SA: MISTA DE FOLHAS FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO FORMOSA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA, ENSOPADO DE FILÉ DE TILÁPIA COM LEGUMES : INGREDIENTES: CENOURA, ABOBORÁ SECA, PIMENTÃO, BATATA, TOMATE E CHEIRO VERDE SA: ALMEIRÃO/ FRUTA: BANANA NANICA	POLENTA COLORIDA COM CARNE MOÍDA INGREDIENTES: FUBÁ, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: ALFACE COM CENOURA/ FRUTA: PICADINHO DE ABACAXI	ARROZ BRANCO/FEIJÃO CARIOCA/ ENSOPADO DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES. INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABOBÓRA SECA, TOMATE, CENOURA E CEBOLA SA: PEPINO C/TOMATE SA: ALFACE COM CENOURA
LANCHE 13:00 às 13:30	VITAMINA DE BANANA NANICA, MAÇÃ E LEITE	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE.SU: NATURAL DE MELANCIA	PICADINHO DE MAMÃO	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SU: NATURAL DE MANGA	SALADA DE FRUTAS COM LARANJA, MAÇA, MAMÃO E BANANA
LANCHE II 15:30 às 16:00	PÃO FRANCÊS COM MOLHO DE TOMATE E CARNE MOIDA COM LEGUMES INGREDIENTES: SALSICHA, CENOURA, CHUCHU, TOMATE, PIMENTÃO VERDE E CEBOLA/ SU: NATURAL DE LARANJA	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES INGREDIENTES: FRANGO(PEITO) ARROZ, ERVILHA SECA, ABOBRINHA, CEBOLA, MILHO VERDE, E CHEIRO VERDE	PÃO FRANCÊS C/ HAMBURGUINHO CASEIRO E SALADA(ALFACE E TOMATE)/ SU: NATURAL DE LARANJA COM MORANGO

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MAMURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(1 A 3 ANOS)	804	125,51	38,42	16,60	637,26	10,01	351,25	5,77	147,21	5,51	117,04	333


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776





CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS

MÊS DE MARÇO/2022

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 20/03/2023	3ª FEIRA 21/03/2023	4ª FEIRA 22/03/2023	5ª FEIRA 23/03/2023	6ª FEIRA 24/03/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ COLORIDO INGREDIENTES: ARROZ, ERVILHA SECA, CENOURA, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE/ SA: ALFACE COM TOMATE FRUTA: PICADINHO DE MANGA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA (BOVINA EM CUBOS) COM LEGUMES. INGREDIENTES: BATATA, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES (ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) TIRAS DE PATINHO ACEBOLADA SA: MIX FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS (CHICÓRIA E ALFACE E ALMEIRÃO)/FRUTA: LARANJA PERA EM PEDACINHOS	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA ENSOPADO DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES. INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABOBÓRA SECA, TOMATE, CENOURA E CEBOLA SA: PEPINO C/TOMATE/ FRUTA: PICADINHO DE MELANCIA	ARROZ BRANCO/FEIJÃO CARIOCA ENS. FILÉ DE TILÁPIA AO FORNO COM BATATAS INGREDIENTES; FILÉ DE TILÁPIA, BATATA INGLESA, TOMATE, PIMENTÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: CHICÓRIA COM TOMATE FRUTA: PICADINHO MAÇA
LANCHE 13:00 às 13:30	BANANA NANICA PICADINHA	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE. SU: NATURAL DE MELANCIA S/ AÇUCAR	SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA	PICADINHO MAMÃO COM MANGA	VITAMINA DE ABACATE COM LEITE DE SOJA BANANA S/ AÇUCAR
LANCHE II 15:30 às 16:00	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO INGREDIENTES: BATATA, CENOURA, CHUCHU, CARNE BOVINA MOÍDA E COUVE FLOR.	MACARRÃO COLORIDO, INGREDIENTES: MACARRÃO, ABOBRINHA, COUVE MANTEIGA, CENOURA	POLENTA COLORIDA COM CARNE MOÍDA INGREDIENTES: FUBÁ, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES: FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PÃO FRANCÊS C/ CARNE. MOÍDA. INGREDIENTES: CHUCHU, TOMATE, CENOURA, PIMENTÃO E CEBOLA. SU: NATURAL DE LARANJA COM MORANGO

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(1 A 3 ANOS)	719	110,61	31,56	15,85	589,61	9,07	347,17	5,01	128,01	5,63	84,01	257,81


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776





CRECHES – Alunos de 1 A 3 ANOS

MÊS DE MARÇO/2022

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 27/03/2023	3ª FEIRA 28/03/2023	4ª FEIRA 29/03/2023	5ª FEIRA 30/03/2023	6ª FEIRA 31/03/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA	BEBIDA A BASE DE SOJA / PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA)/ ALMONDEGAS(CARNE. MOÍDO) AO MOLHO NATURAL DE TOMATE AS: ALFACE EM TIRAS FININHAS COM CENOURA RALADA: FRUTA: PICADINHO DE ABACAXI	MACARRONADA COM TIRAS DE PATINHO E LEGUMES INGREDIENTES: BETERRABA, CHUCHU, CENOURA, PIMENTÃO, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: MISTA DE FOLHAS(CHICÓRIA, ALMEIRÃO E ALFACE)FRUTA: TANGERINA	POLENTA COLORIDA COM CARNE BOVINA: INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO), ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA E CHEIRO VERDE/ SA: TOMATE COM PEPINO FRUTA: MAÇA	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MUSC. EM CUBOS, BATATA, CENOURA, ABOBRINHA E CHEIRO VERDE SA: MISTA DE FOLHAS(ALFACE, ALMEIRÃO E CHICÓRIA) PICADINHO DE MANGA SA: BETERRABA C/ ALFACE FRUTA: PICADINHO DE ABACAXI	PICADINHO DE PEITO DE FRANGO ACEBOLADO.ARROZ COLORIDOINGREDIENTES: ARROZ, ERVILHA SECA, CENOURA, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDESA: ALMEIRÃO COM REPOLHO. FRUTA: BANANA NANICA
LANCHE 13:00 às 13:30	VITAMINA DE BANANA NANICA C/ MAMÃO SEM AÇUCAR	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES, INGREDIENTES: FRANGO (PEITO DESFIADO), FARINHA DE TRIGO, OVOS, REPOLHO, CENOURA, MILHO, TOMATE E CEBOLA SU: NATURAL DE LARANJA	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL SU: NATURAL DE LARANJA	MINGAU DE FUBÁ COM LEITE DE SOJA AVEIA	SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA
LANCHE II 15:30 às 16:00	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO, INGREDIENTES:MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO, CHUCHU, COUVE FLOR E CEBOLA	SOPA DE ARROZ COM LEGUMES, INGREDIENTES: ARROZ BRANCO, ABOBORA SECA, CHUCHU, REPOLHO, ERVILHA SECA, CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO) E CEBOLA	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES/ INGREDIENTES: FRANGO(PEITO) ARROZ, ERVILHA SECA,ABOBRINHA, CEBOLA, MILHO VERDE, E CHEIRO VERDE	SOPA DE ERVILHA SECA COM FRANGO E LEGUMES: INGREDIENTES; BATATA, ERVILHA SECA, CENOURA, ABOBORA SECA, PEITO DE FRANGO, COUVE MANTEIGA PICADO E CEBOLA	PÃO FRANCÊS C/ CARNE. MOÍDA. INGREDIENTES: CHUCHU, TOMATE , CENOURA, PIMENTÃO E CEBOLA. SU; NATURAL DE MANGA

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	valor	glic	lip	carb	prote	fibra	Ca	Fe	mg	vit. C	Vit. A	
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)	
CEMEIs(1 A 3 ANOS)	793	122,35	36,30	18,33	625,6	9,35	422,82	5,14	123,78	5,47	80,70	287,45


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776





PREFEITURA MUNICIPAL DE
CAMBARÁ

Programa de Alimentação Escolar

CARDÁPIOS

“Creches”

**“PARA ALUNOS COM
INTOLERÂNCIA A LACTOSE E
ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE”**

Alunos de 4 a 5 anos

Período Integral



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO


Analia Camargo
Nutricionista CRN8 7776



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE FEVEREIRO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 06/02/2023	3ª FEIRA 07/02/2023	4ª FEIRA 08/02/2023	5ª FEIRA 09/02/2023	6ª FEIRA 10/02/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM BANANA	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM BANANA	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) QUIBE ASSADO AO MOLHO NATURAL DE TOMATE INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC.MOÍDO), TRIGO PARA QUIBE, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: RÚCULA, FRUTA: TANGERINA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA)TIRAS DE PATINHO ACEBOLADA/ SA: ALFACE C/ CENOURA/ FRUTA: LARANJA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ CARNE DE PANELA COM BATATA DOCE. INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MUSC EM CUBOS), BATATA DOCE, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: CENOURA E BETERRABA COZIDA/ FRUTA: PICADINHO DE MANGA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) COXA E SOBRE COXA ASSADA/ PURÊ DE BATATA SEM LEITE/ SA:ALFACE COM ALMEIRÃO/ FRUTA; PICADINHO DE ABACAXI	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA MOIDA COM BATATAS/ INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO), BATATAS, CENOURA, TOMATE E CHEIRO VERDE/ SA; ALMEIRÃO COM REPOLHO/ SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA
LANCHE 13:00 às 13:30	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE.SU: NATURAL DE MELANCIA	PICADINHO DE MAMÃO FORMOSA	BANANA NANICA C/ AVEIA	PÃO FRANCÊS TORRADO COM OREGANO / LEITE DE SOJA COM MORANGO	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES, INGREDIENTES: FRANGO (PEITO DESFIADO), FARINHA DE TRIGO, OVOS, REPOLHO, CENOURA, MILHO, TOMATE E CEBOLA SU: NATURAL DE MELANCIA
LANCHE II 15:30 às 16:00	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	SOPA DE ERVILHA SECA COM FRANGO E LEGUMES: INGREDIENTES; BATATA, ERVILHA SECA, CENOURA, ABOBORA SECA, PEITO DE FRANGO, COUVE MANTEIGA PICADO E CEBOLA	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO, INGREDIENTES:MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO, CHUCHU, COUVE FLOR E CEBOLA	SOPA DE ARROZ COM LEGUMES, INGREDIENTES: ARROZ BRANCO, ABOBORA SECA, CHUCHU, REPOLHO, ERVILHA SECA, CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO) E CEBOLA	MACARRÃO COLORIDO, INGREDIENTES: MACARRÃO, ABOBRINHA, COUVE MANTEIGA, CENOURA

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(2 anos a 3 anos e 11 meses.)	1006,45	165,98	42,39	19,59	810,66	13,32	374,31	7,046	151,47	6,79	93,35	294,17

Analia Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE FEVEREIRO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 13/02/2023	3ª FEIRA 14/02/2023	4ª FEIRA 15/02/2023	5ª FEIRA 16/02/2023	6ª FEIRA 17/02/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM BANANA E MAMÃO	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM ABACATE	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) CARNE MOÍDA AO MOLHO NATURAL DE TOMATE INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC.MOÍDO) TOMATE CHUCHU, CENOURA, CEBOLA E ABOBORÁ SECA E CHEIRO VERDE/ SA; MISTA DE FOLHAS/ FRUTA : LARANJA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ TIRAS BOVINA PATINHO) COM LEGUMES INGREDIENTES: BERINJELA, CENOURA, PIMENTÃOBATAT A, CHEIRO VERDE E CEBOLA SA: TOMATE COM PEPINO FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ PERNIL SUÍNO COM LEGUMES INGREDIENTES: ABOBORA SECA, CENOURA, CHUCHU, PIMENTÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ALFACE EM TIRINHAS/ FRUTA: LARANJA	POLENTA COLORIDA COM CARNE BOVINA MOÍDA INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO), ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA E CHEIRO VERDE/ SA: CHICÓRIA/ FRUTA; PICADINHO DE MELANCIA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ OMELETE DE FORNO COM LEGUMES INGREDIENTES: OVOS, ABOBRINHA, BRÓCOLIS, TOMATE E CEBOLA/ SA: ALMEIRÃO. FRUTA: MAÇÃ
LANCHE 13:00 às 13:30	PÃO CASEIRO C/ MANTEIGA/ VITAMINA DE BANANA COM LEITE	PASTEL ASSADO DE FRANGO COM LEGUMES INGREDIENTES; FARINHA DE TRIGO, PEITO DE FRANGO DESFIADO, BERINJELA, OVOS, ABOBRINHA, TOMATE E CEBOLA SU: NATURAL DE LARANJA	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE.SU: NATURAL DE MARACUJÁ	SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇÃ, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA	BANANA NANICA COM AVEIA EM FLOCOS
LANCHE II 15:30 às 16:00	SOPA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA, INGREDIENTES; MANDIOCA, CARNE BOVINA MUSC. MOÍDO, ABOBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E COUVE MANTEIGA PICADO	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO, INGREDIENTES:MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO, CHUCHU, COUVE FLOR E CEBOLA	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES/ INGREDIENTES: FRANGO(PEITO) ARROZ, ERVILHA SECA, ABOBRINHA, CEBOLA, MILHO VERDE, E CHEIRO VERDE	PÃO FRANCÊS COM MOLHO DE FRANGO E LEGUMES INGREDIENTES: FRANGO(PEITO DESFIADO), ERVILHA SECA, CENOURA, TOMATE, PIMENTÃO VERDE E CEBOLA/ SU: NATURAL DE LARANJA COM MORANGO	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	1020	160,63	43,89	22,72	871,16	15,06	381,05	7,015	156,51	6,17	87,49	294,17

Analia Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE FEVEREIRO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 20/02/2023	3ª FEIRA 21/02/2023	4ª FEIRA 22/02/2023	5ª FEIRA 23/02/2023	6ª FEIRA 24/02/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30				BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM BANANA
ALMOÇO: 10:00 às 10:30				RISOTO CARNE BOVINA COM LEGUMES INGREDIENTES: CARNE BOVINA (MÚSCULO MOÍDO), ARROZ, ERVILHA SECA,CENOURA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO. SA: ALMEIRÃO COM REPOLHO FRUTA:PICADINHO ABACAXI	COXA E SOBRE COXA ASSADA COM BATATAS/ MACARRONADA AO SUGO INGREDIENTES: MACARRÃO, TOMATE E CEBOLA SA: MISTA DE FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS(CHICÓRIA, ALFACE E ALMEIRÃO).
LANCHE 13:00 às 13:30				PICADINHO DE MANGA	SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA
LANCHE II 15:30 às 16:00				MACARRÃO COLORIDO, INGREDIENTES: MACARRÃO, ABOBRINHA, COUVE MANTEIGA, CENOURA	SOPA DE MANDIOCA COM CARNE BOVINA, INGREDIENTES; MANDIOCA, CARNE BOVINA MUSC. MOÍDO, ABOBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E COUVE MANTEIGA PICADO

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	937	153,84	36,95	19,55	787,74	13,14	414,94	5,71	141,27	5,4	173,37	118,13


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE FEVEREIRO, MARÇO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 27/02/2023	3ª FEIRA 28/02/2023	4ª FEIRA 01/03/2023	5ª FEIRA 02/03/2023	6ª FEIRA 03/03/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM MAMÃO	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM BANANA E MAÇÃ	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ OMELETE DE FORNO COM LEGUMES INGREDIENTES: OVOS, ABOBRINHA, BRÓCOLIS, TOMATE E CEBOLA/SA: ALFACE COM CENOURA. FRUTA: PICADINHO MAÇA	ARROZ COLORIDO INGREDIENTES: CENOURA, MILHO VERDE, ERVILHA SECA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ PERNIL SUÍNO (PATINHO) ACEBOLADA SA: TOMATE C/ PEPINO/ FRUTA: LARANJA	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ FRANGO XADREZ INGREDIENTES: FRANGO (PEITO), PIMENTÃO VERMELHO E VERDE, CENOURA, CEBOLA REPOLHO E VAGEM/ SA: MISTA DE FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS (CHICÓRIA, ALFACE E ALMEIRÃO)./ FRUTA: PICADINHO DE MELÃO	MACARRONADA COM TIRAS DE PATINHO E LEGUMES INGREDIENTES: BETERRABA, CHUCHU, CENOURA, PIMENTÃO, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE. SA: ALFACE	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ FILÉ DE TILÁPIA AO FORNO COM BATATAS INGREDIENTES: PIMENTÃO VERMELHO E VERDE, TOMATE, BATATAS, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: COUVE MANTEIGA PICADO/ FRUTA; LARANJA
LANCHE 13:00 às 13:30	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE. SU: NATURAL DE LARANJA COM MORANGO	BANANA NANICA COM AVEIA EM FLOCOS FINOS	PÃO CASEIRO S/ LEITE INTEGRAL COM MANTEIGA DE COCO, LEITE DE SOJA C/ MORANGO	SALADA DE FRUTAS: BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA	VITAMINA DE BANANA NANICA, MAMÃO COM LEITE DE SOJA
LANCHE II 15:30 às 16:00	MACARRONADA COM CARNE BOVINA MOÍDA E LEGUMES INGREDIENTES: CENOURA, ABOBRINHA, CHUCHU, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES/ INGREDIENTES: FRANGO (PEITO) ARROZ, ERVILHA SECA, ABOBRINHA, CEBOLA, MILHO VERDE, E CHEIRO VERDE	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO, INGREDIENTES: MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO, CHUCHU, COUVE FLOR E CEBOLA	SOPA DE BATATA INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA CABOTIA, CHUCHU, ERVILHA SECA, PEITO DE FRANGO, COUVE MANTEIGA PICADO E CEBOLA	PÃO FRANCÊS COM HAMBURGUER CASEIRO E SALADA INGREDIENTES: CARNE BOVINA (MÚSC. MOÍDO), ALFACE E TOMATE SU: NATURAL DE MELANCIA

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs (4 a 5 anos.)	785	116,53	37,74	18,86	659,25	10,07	388,28	4,75	122,65	5,11	78,7	250,52

Analia Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE MARÇO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 06/03/2023	3ª FEIRA 07/03/2023	4ª FEIRA 08/03/2023	5ª FEIRA 09/03/2023	6ª FEIRA 10/03/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM MORANGO	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM BANANA E ABACATE	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA ALMONDEGAS AO MOLHO NATURAL DE TOMATE/ SA: CHICÓRIA COM TOMATE/ FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO COM MANGA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ ENSOPADO DE FRANGO PEITO COM LEGUMES: INGREDIENTES; PEITO DE FRANGO, BATATA INGLESA, TOMATE, CENOURA, ABÓBORA SECA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: MISTA DE FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS(CHICÓRIA, ALFACE E ALMEIRÃO)FRUTA: PICADINHO MELANCIA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ TIRAS BOVINA PATINHO) COM LEGUMES INGREDIENTES: BERINJELA, CENOURA, PIMENTÃO, BATATA, CHEIRO VERDE E CEBOLA SA: ALMEIRÃO COM REPOLHO FRUTA: TANGERINA	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ COXA E SOBRE COXA ASSADA COM BATATAS INGREDIENTES: SA: ALFACE COM TOMATE	RISOTO COM CARNE E LEGUMES INGREDIENTES: CARNE BOVINA (MÚSCULO MOÍDO), ARROZ, ERVILHA SECA,CENOURA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO SA: CHICÓRIA/ FRUTA: PICADINHO DE MANGA
LANCHE 13:00 às 13:30	MINGAU COM LEITE DE SOJA E AVEIA COM BANANA NANICA	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SU: NATURAL DE LARANJA	PASTEL ASSADO DE FRANGO COM LEGUMES INGREDIENTES; FARINHA DE TRIGO, PEITO DE FRANGO DESFIADO, BERINJELA, OVOS, ABOBRINHA, TOMATE E CEBOLA / LEITE DE SOJA COM MORANGO	SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA	BANANA NANICA COM AVEIA EM FLOCOS FINOS
LANCHE II 15:30 às 16:00	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO, INGREDIENTES:MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO, CHUCHU, COUVE FLOR E CEBOLA	POLENTA COLORIDA COM CARNE MOÍDA/ INGREDIENTES: FUBÁ, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	SOPA DE BATATA INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABÓBORA CABOTIA, CHUCHU, ERVILHA SECA, PEITO DE FRANGO, COUVE MANTEIGA PICADO E CEBOLA	SOPA DE ARROZ COM LEGUMES, INGREDIENTES: ARROZ BRANCO, ABOBORA SECA, CHUCHU, REPOLHO, ERVILHA SECA, CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO) E CEBOLA	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURIZAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	840	130,636	38,822	18,166	721,78	11,92	373,45	5,57	143,8	5,47	113,37	304,62

Anália Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE MARÇO/ 2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 13/03/2023	3ª FEIRA 14/03/2023	4ª FEIRA 15/03/2023	5ª FEIRA 16/03/2023	6ª FEIRA 17/03/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM BANANA	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM BANANA E MAÇA	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ CARNE DE PANELA COM BATATA DOCE INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MUSC. EM CUBOS), BATATA DOCE, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: ALFACE COM TOMATE/ PICADINHO DE MANGA COM MAMÃO	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) PICADINHO DE FRANGO (PEITO)ACEBOLADO SA: MISTA DE FOLHAS FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO FORMOSA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA, ENSOPADO DE FILÉ DE TILÁPIA COM LEGUMES : INGREDIENTES: CENOURA, ABOBORÁ SECA, PIMENTÃO, BATATA, TOMATE E CHEIRO VERDE SA: ALMEIRÃO/ FRUTA: BANANA NANICA	POLENTA COLORIDA COM CARNE MOÍDA INGREDIENTES: FUBÁ, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: ALFACE COM CENOURA/ FRUTA: PICADINHO DE ABACAXI	ARROZ BRANCO/FEIJÃO CARIOCA/ ENSOPADO DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES. INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABOBÓRA SECA, TOMATE, CENOURA E CEBOLA SA: PEPINO C/TOMATE SA: ALFACE COM CENOURA
LANCHE 13:00 às 13:30	VITAMINA DE BANANA NANICA, MAÇA E LEITE DE SOJA	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE.SU: NATURAL DE MELANCIA	PICADINHO DE MAMÃO	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SU: NATURAL DE MANGA	SALADA DE FRUTAS COM LARANJA, MAÇA, MAMÃO E BANANA
LANCHE II 15:30 às 16:00	PÃO FRANCÊS COM MOLHO, SALSICHA E LEGUMES INGREDIENTES: SALSICHA, CENOURA, CHUCHU, TOMATE, PIMENTÃO VERDE E CEBOLA/ SU: NATURAL DE LARANJA	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES:FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES INGREDIENTES: FRANGO(PEITO) ARROZ, ERVILHA SECA, ABOBRINHA, CEBOLA, MILHO VERDE, E CHEIRO VERDE	PÃO FRANCÊS C/ HAMBURGUINHO CASEIRO E SALADA(ALFACE E TOMATE)/ SU: NATURAL DE LARANJA COM MORANGO

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	968	154,15	42,09	20,62	731,63	10,85	424,46	6,47	140,44	6,47	87,41	354,54

Anália Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE MARÇO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 20/03/2023	3ª FEIRA 21/03/2023	4ª FEIRA 22/03/2023	5ª FEIRA 23/03/2023	6ª FEIRA 24/03/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM BANANA E MAMÃO	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM ABACATE	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ COLORIDO INGREDIENTES: ARROZ, ERVILHA SECA, CENOURA, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE/ SA: ALFACE COM TOMATE FRUTA: PICADINHO DE MANGA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA (BOVINA EM CUBOS) COM LEGUMES. INGREDIENTES: BATATA, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES (ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) TIRAS DE PATINHO ACEBOLADA SA: MIX FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS (CHICÓRIA E ALFACE E ALMEIRÃO)/FRUTA: LARANJA PERA EMPEDACINHOS	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA ENSOPADO DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES. INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABOBÓRA SECA, TOMATE, CENOURA E CEBOLA SA: PEPINO C/TOMATE/ FRUTA: PICADINHO DE MELANCIA	ARROZ BRANCO/FEIJÃO CARIOCA ENS. FILÉ DE TILÁPIA AO FORNO COM BATATAS INGREDIENTES; FILÉ DE TILÁPIA, BATATA INGLESA, TOMATE, PIMENTÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: CHICÓRIA COM TOMATE FRUTA: PICADINHO MAÇA
LANCHE 13:00 às 13:30	BANANA NANICA PICADINHA	TORTA DE LEGUMES INGREDIENTES: FARINHA DE TRIGO, ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, OVOS, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE. SU: NATURAL DE MELANCIA S/ AÇUCAR	SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA	PICADINHO MAMÃO COM MANGA	VITAMINA DE ABACATE C/ LEITE DE SOJA E BANANA S/ AÇUCAR
LANCHE II 15:30 às 16:00	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO INGREDIENTES: BATATA, CENOURA, CHUCHU, CARNE BOVINA MOÍDA E COUVE FLOR.	MACARRÃO COLORIDO, INGREDIENTES: MACARRÃO, ABOBRINHA, COUVE MANTEIGA, CENOURA	POLENTA COLORIDA COM CARNE MOÍDA INGREDIENTES: FUBÁ, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE BOVINA INGREDIENTES: FEIJÃO, MACARRÃO, BATATA, BETERRABA, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE	PÃO FRANCÊS C/ CARNE. MOÍDA. INGREDIENTES: CHUCHU, TOMATE, CENOURA, PIMENTÃO E CEBOLA. SU: NATURAL DE LARANJA COM MORANGO

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	935	152,70	43,64	16,80	726,24	13,53	339,33	6,44	139,17	5,67	66,48	270,03

Analia Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Integral

MÊS DE MARÇO/20223

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 27/03/2023	3ª FEIRA 28/03/2023	4ª FEIRA 29/03/2023	5ª FEIRA 30/03/2023	6ª FEIRA 31/03/2023
DESJEJUM 7:15 a 7:30	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM BANANA	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL	BEBIDA A BASE DE SOJA BATIDO COM MAMÃO	BEBIDA A BASE DE SOJA COM CHOCOLATE EM PÓ CACAU 100%,/ PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL
ALMOÇO: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA)/ ALMONDEGAS(CARNE. MOÍDO) AO MOLHO NATURAL DE TOMATE AS: ALFACE EM TIRAS FININHAS COM CENOURA RALADA: FRUTA: PICADINHO DE ABACAXI	MACARRONADA COM TIRAS DE PATINHO E LEGUMES INGREDIENTES: BETERRABA, CHUCHU, CENOURA, PIMENTÃO, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: MISTA DE FOLHAS(CHICÓRIA, ALMEIRÃO E ALFACE)FRUTA: TANGERINA	POLENATA COLORIDA COM CARNE BOVINA: INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO), ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA E CHEIRO VERDE/ SA: TOMATE COM PEPINO FRUTA: MAÇA	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MUSC. EM CUBOS, BATATA, CENOURA, ABOBRINHA E CHEIRO VERDE SA: MISTA DE FOLHAS(ALFACE, ALMEIRÃO E CHICÓRIA) PICADINHO DE MANGA SA: BETERRABA C/ ALFACE FRUTA: PICADINHO DE ABACAXI	PICADINHO DE PEITO DE FRANGO ACEBOLADO.ARROZ COLORIDOINGREDIENTES: ARROZ, ERVILHA SECA, CENOURA, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDESA: ALMEIRÃO COM REPOLHO. FRUTA: BANANA NANICA
LANCHE 13:00 às 13:30	VITAMINA DE LEITE DE SOJA COM BANANA NANICA E MAMÃO/ BISCOITO DE MAISENA SEM LACTOSE E PROTEÍNA DO LEITE	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES, INGREDIENTES: FRANGO (PEITO DESFIADO), FARINHA DE TRIGO, OVOS, REPOLHO, CENOURA, MILHO, TOMATE E CEBOLA SU: NATURAL DE LARANJA	PÃO FRANCÊS COM MANTEIGA DE COCO SEM SAL SU: NATURAL DE LARANJA	ARROZ DOCE COM LEITE DE SOJA E COCO	SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA
LANCHE II 15:30 às 16:00	SOPA DE LEGUMES COM MACARRÃO, INGREDIENTES:MACARRÃO, CENOURA, CARNE BOVINA MOÍDA MUSCULO BOVINO, CHUCHU, COUVE FLOR E CEBOLA	SOPA DE ARROZ COM LEGUMES, INGREDIENTES: ARROZ BRANCO, ABOBORA SECA, CHUCHU, REPOLHO, ERVILHA SECA, CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO) E CEBOLA	CANJA DE GALINHA COM LEGUMES/ INGREDIENTES: FRANGO(PEITO) ARROZ, ERVILHA SECA,ABOBRINHA, CEBOLA, MILHO VERDE, E CHEIRO VERDE	SOPA DE ERVILHA SECA COM FRANGO E LEGUMES: INGREDIENTES; BATATA, ERVILHA SECA, CENOURA, ABOBORA SECA, PEITO DE FRANGO, COUVE MANTEIGA PICADO E CEBOLA	PÃO FRANCÊS C/ CARNE. MOÍDA. INGREDIENTES: CHUCHU, TOMATE , CENOURA, PIMENTÃO E CEBOLA. SU; NATURAL DE MANGA

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	955	160,70	43,64	17,80	716,24	13,53	339,33	6,44	139,17	5,67	66,48	270,03

Analia Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO

Programa de Alimentação Escolar

CARDÁPIOS

“Creches”

“PARA ALUNOS COM
INTOLERÂNCIA A LACTOSE E
ALERGIA A PROTEÍNA DO LEITE”

Alunos de 4 a 5 anos

Período Parcial



Analia Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Parcial

MÊS DE FEVEREIRO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 06/02/2023	3ª FEIRA 07/02/2023	4ª FEIRA 08/02/2023	5ª FEIRA 09/02/2023	6ª FEIRA 10/02/2023
PERÍODO DA MANHÃ: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) QUIBE	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA)TIRAS DE PATINHO ACEBOLADA/	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ CARNE DE PANELA COM BATATA DOCE. INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MUSC EM CUBOS), BATATA DOCE, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: CENOURA E BETERRABA COZIDA/	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) COXA E SOBRE COXA ASSADA/ PURÊ DE BATATA SEM LEITE/ SA:ALFACE COM ALMEIRÃO/	TORTA DE FRANGO COM LEGUMES, INGREDIENTES: FRANGO (PEITO DESFIADO), FARINHA DE TRIGO, OVOS, REPOLHO, CENOURA, MILHO, TOMATE E CEBOLA
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30	ASSADO AO MOLHO NATURAL DE TOMATE INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC.MOÍDO), TRIGO PARA QUIBE, TOMATE , CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: RÚCULA, FRUTA: TANGERINA	SA: ALFACE C/ CENOURA/ FRUTA: LARANJA	FRUTA: PICADINHO DE MANGA	FRUTA; PICADINHO DE ABACAXI	SU: NATURAL DE MELANCIA

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(2 anos a 3 anos e 11 meses.)	312	51,77	17,87	4,15	291,61	5,30	58,63	3,48	62,10	2,77	54,61	74,55

Analia Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Parcial

MÊS DE FEVEREIRO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 13/02/2023	3ª FEIRA 14/02/2023	4ª FEIRA 15/02/2023	5ª FEIRA 16/02/2023	6ª FEIRA 17/02/2023
PERÍODO DA MANHÃ: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) CARNE MOÍDA AO MOLHO NATURAL DE TOMATE INGREDIENTES: CARNE	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ TIRAS BOVINA PATINHO) COM LEGUMES INGREDIENTES: BERINJELA, CENOURA, PIMENTÃO, BATATA, A, CHEIRO VERDE E CEBOLA	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ PERNIL SUÍNO COM LEGUMES INGREDIENTES: ABOBORA SECA, CENOURA, CHUCHU, PIMENTÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ALFACE EM TIRINHAS/	POLENTA COLORIDA COM CARNE BOVINA MOÍDA INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO), ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA E CHEIRO VERDE/ SA: CHICÓRIA/	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ OMELETE DE FORNO COM LEGUMES INGREDIENTES: OVOS, ABOBRINHA, BRÓCOLIS, TOMATE E CEBOLA/ SA: ALMEIRÃO.
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30	BOVINA(MÚSC.MOÍDO) TOMATE CHUCHU, CENOURA, CEBOLA E ABOBORÁ SECA E CHEIRO VERDE/ SA; MISTA DE FOLHAS/ FRUTA : LARANJA	SA: TOMATE COM PEPINO FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO	FRUTA: LARANJA	ARROZ DOCE COM LEITE DE SOJA E COCO	FRUTA: MAÇÃ

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	345	54,65	16,93	6,42	261,02	6,24	79,69	3,84	69,05	2,92	43,57	89,45

Anália Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Parcial

MÊS DE FEVEREIRO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 20/02/2023	3ª FEIRA 21/02/2023	4ª FEIRA 22/02/2023	5ª FEIRA 23/02/2023	6ª FEIRA 24/02/2023
PERÍODO DA MANHÃ: 10:00 às 10:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RISOTO CARNE BOVINA COM LEGUMES INGREDIENTES: CARNE BOVINA (MÚSCULO MOÍDO), ARROZ, ERVILHA SECA, CENOURA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO. SA: ALMEIRÃO COM REPOLHO FRUTA: PICADINHO ABACAXI	COXA E SOBRE COXA ASSADA COM BATATAS/ MACARRONADA AO SUGO INGREDIENTES: MACARRÃO, TOMATE E CEBOLA SA: MISTA DE FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS(CHICÓRIA, ALFACE E ALMEIRÃO). SALADA DE FRUTAS: , BANANA, MAÇA, MAMÃO, ABACAXI E LARANJA
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	322	54,16	17,31	4,05	245,50	5,42	68,33	3,31	58,31	2,39	80,03	65,36


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Parcial

MÊS DE FEVEREIRO, MARÇO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 27/02/2023	3ª FEIRA 28/02/2023	4ª FEIRA 01/03/2023	5ª FEIRA 02/03/2023	6ª FEIRA 03/03/2023
PERÍODO DA MANHÃ: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ OMELETE DE FORNO COM LEGUMES INGREDIENTES: OVOS, ABOBRINHA, BRÓCOLIS, TOMATE E CEBOLA/SA: ALFACE COM CENOURA. FRUTA: PICADINHO MAÇA	ARROZ COLORIDO INGREDIENTES: CENOURA, MILHO VERDE, ERVILHA SECA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ TIRAS BOVINA(PATINHO) ACEBOLADA SA: TOMATE C/ PEPINO/ FRUTA: LARANJA	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ FRANGO XADREZ INGREDIENTES: FRANGO(PEITO), PIMENTÃO VERMELHO E VERDE, CENOURA, CEBOLA REPOLHO E VAGEM/ SA: MISTA DE FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS(CHICÓRIA, ALFACE E ALMEIRÃO)./ FRUTA: PICADINHO DE MELÃO	MACARRONADA COM TIRAS DE PATINHO E LEGUMES INGREDIENTES: BETERRABA, CHUCHU, CENOURA, PIMENTÃO, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE. SA: ALFACE SALADA DE FRUTAS: LARANJA, BANANA, MAÇA E ABACAXI	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ FILÉ DE TILÁPIA AO FORNO COM BATATAS INGREDIENTES: PIMENTÃO VERMELHO E VERDE, TOMATE, BATATAS, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: COUVE MANTEIGA PICADO/ FRUTA; LARANJA
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	320	52,63	17,14	4,53	272,00	5,74	67,67	3,29	67,57	1,92	47,22	87,18


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Parcial

MÊS DE MARÇO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 06/03/2023	3ª FEIRA 07/03/2023	4ª FEIRA 08/03/2023	5ª FEIRA 09/03/2023	6ª FEIRA 10/03/2023
PERÍODO DA MANHÃ: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA ALMONDEGAS AO MOLHO NATURAL DE TOMATE/ SA: CHICÓRIA COM TOMATE/ FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO COM MANGA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ ENSOPADO DE FRANGO PEITO COM LEGUMES: INGREDIENTES; PEITO DE FRANGO, BATATA INGLESA, TOMATE, CENOURA, ABÓBORA SECA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: MISTA DE FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS(CHICÓRIA, ALFACE E ALMEIRÃO) FRUTA: PICADINHO MELANCIA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ TIRAS BOVINA PATINHO) COM LEGUMES INGREDIENTES: BERINJELA, CENOURA, PIMENTÃO BATATA, CHEIRO VERDE E CEBOLA SA: ALMEIRÃO COM REPOLHO FRUTA: TANGERINA	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ COXA E SOBRE COXA ASSADA COM BATATAS INGREDIENTES: SA: ALFACE COM TOMATE SALADA DE FRUTAS: LARANJA, BANANA, MAÇÃ E ABACAXI	RISOTO COM CARNE E LEGUMES! INGREDIENTES: CARNE BOVINA (MÚSCULO MOÍDO), ARROZ, ERVILHA SECA, CENOURA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO SA: CHICÓRIA/ CANJICA DE AMENDOIM: COM LEITE DE SOJA
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE, EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	393	68,19	18,91	4,84	299,49	6,79	81,64	4,10	72,17	2,93	67,86	69,14


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Parcial

MÊS DE MARÇO/2023

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 13/03/2023	3ª FEIRA 14/03/2023	4ª FEIRA 15/03/2023	5ª FEIRA 16/03/2023	6ª FEIRA 17/03/2023
PERÍODO DA MANHÃ: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ CARNE DE PANELA COM BATATA DOCE INGREDIENTES: CARNE BOVINA(MUSC. EM CUBOS), BATATA DOCE, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: ALFACE COM TOMATE/ PICADINHO DE MANGA COM MAMÃO	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) PICADINHO DE FRANGO (PEITO)ACEBOLADO SA: MISTA DE FOLHAS FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO FORMOSA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA, ENSOPADO DE FILÉ DE TILÁPIA COM LEGUMES : INGREDIENTES: CENOURA, ABOBORÁ SECA, PIMENTÃO, BATATA, TOMATE E CHEIRO VERDE SA: ALMEIRÃO/ FRUTA: BANANA NANICA	POLENTA COLORIDA COM CARNE MOÍDA INGREDIENTES: FUBÁ, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA, CARNE BOVINA MOÍDA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: ALFACE COM CENOURA/ FRUTA: PICADINHO DE ABACAXI	PÃO FRANCÊS C/ HAMBURGUINHO CASEIRO E SALADA(ALFACE E TOMATE)/ SU: NATURAL DE LARANJA COM MORANGO
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30					

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	331	53,36	17,66	5,20	294,34	5,99	66,56	3,36	71,78	3,06	56,44	77,52


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Parcial

MÊS DE MARÇO/2022

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 20/03/2023	3ª FEIRA 21/03/2023	4ª FEIRA 22/03/2023	5ª FEIRA 23/03/2023	6ª FEIRA 24/03/2023
PERÍODO DA MANHÃ: 10:00 às 10:30	ARROZ COLORIDO INGREDIENTES: ARROZ, ERVILHA SECA, CENOURA, MILHO VERDE, CEBOLA E CHEIRO VERDE	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA CARNE DE PANELA (BOVINA EM CUBOS) COM LEGUMES.	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA) TIRAS DE PATINHO ACEBOLADA	ARROZ BRANCO /FEIJÃO CARIOCA ENSOPADO DE PEITO DE FRANGO COM LEGUMES.	ARROZ BRANCO/FEIJÃO CARIOCA ENS. FILÉ DE TILÁPIA AO FORNO COM BATATAS
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30	CARNE BOVINA MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE/ SA: ALFACE COM TOMATE FRUTA:PICADINHO DE MANGA	INGREDIENTES: BATATA, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ FRUTA: PICADINHO DE MAMÃO	SA: MIX FOLHAS CORTADAS EM TIRINHAS(CHICÓRIA E ALFACE E ALMEIRÃO)/FRUTA: LARANJA PERA EMPEDACINHOS	INGREDIENTES: BATATA INGLESA, ABOBÓRA SECA, TOMATE, CENOURA E CEBOLA SA: PEPINO C/TOMATE/ FRUTA: PICADINHO DE MELANCIA	INGREDIENTES; FILÉ DE TILÁPIA, BATATA INGLESA, TOMATE, PIMENTÃO, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: CHICÓRIA COM TOMATE FRUTA:PICADINHO MAÇA

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DEMATURACÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM DESPERDÍCIOS.

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	331	54,02	18,63	4,06	295,4	6,20	62,43	3,75	86,29	2,02	30,53	48,22

Anália Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO



Educação Infantil – Alunos de 4 a 5 anos - Período Parcial

MÊS DE MARÇO/2022

REFEIÇÕES/ Horários	2ª FEIRA 27/03/2023	3ª FEIRA 28/03/2023	4ª FEIRA 29/03/2023	5ª FEIRA 30/03/2023	6ª FEIRA 31/03/2023
PERÍODO DA MANHÃ: 10:00 às 10:30	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA COM LEGUMES(ABOBÓRA SECA, CHUCHU, CENOURA)/	MACARRONADA COM TIRAS DE PATINHO E LEGUMES INGREDIENTES:	POLENTA COLORIDA COM CARNE BOVINA: INGREDIENTES:	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA DE PANELA COM LEGUMES INGREDIENTES: CARNE	PÃO FRANCÊS C/ CARNE. MOÍDA. INGREDIENTES:
PERÍODO DA TARDE : 15:00 às 15:30	ALMONDEGAS(CARNE. MOÍDO) AO MOLHO NATURAL DE TOMATE AS: ALFACE EM TIRAS FININHAS COM CENOURA RALADA: FRUTA: PICADINHO DE ABACAXI	BETERRABA, CHUCHU, CENOURA, PIMENTÃO, TOMATE, CEBOLA E CHEIRO VERDE/ SA: MISTA DE FOLHAS(CHICÓRIA, ALMEIRÃO E ALFACE)FRUTA: TANGERINA	CARNE BOVINA(MÚSC. MOÍDO), ERVILHA SECA, TOMATE, CENOURA, ABOBRINHA E CHEIRO VERDE/ SA: TOMATE COM PEPINO FRUTA: MAÇA	BOVINA(MUSC. EM CUBOS, BATATA, CENOURA, ABOBRINHA E CHEIRO VERDE SA: MISTA DE FOLHAS(ALFACE, ALMEIRÃO E CHICÓRIA) PICADINHO DE MANGA SA: BETERRABA C/ ALFACE FRUTA: PICADINHO DE ABACAXI	CHUCHU, TOMATE , CENOURA, PIMENTÃO E CEBOLA. SU; NATURAL DE MANGA

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURAÇÃO DOS ALIMENTOS OU DATA DE VALIDADE. EVITANDO ASSIM

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS	Valor	CHO	PTN	LIP	Sódio	Fibra	Ca	Fe	Mg	Zn	Vit. C	Vit. A
Média semanal das refeições	Kcal	(g)	(g)	(g)	(mg)	(g)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mg)	(mcg)
CEMEIs(4 a 5 anos.)	322	53	17,41	4,58	244,65	5,78	59,59	3,68	62,66	3,34	28,70	93,77


Analía Camargo
Nutricionista CRN8 7776



SECRETÁRIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE CAMBARÁ PR- SETOR DE NUTRIÇÃO