

Programa de Alimentação Escolar

CARDÁPIO

***“Pré Escolas Centro de Educação Santa Rita e
Ensino Fundamental de toda a Rede Municipal”***

PERÍODO PARCIAL





Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE FEVEREIRO 2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 05/02/2024	3ª FEIRA 06/02/2024	4ª FEIRA 07/02/2024	5ª FEIRA 08/02/2024	6ª FEIRA 09/02/2024
ALMOÇO: 10h às 10:30h	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM LEGUMES (CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE)	MACARRÃO COLORIDO (FRANGO DESFIADO) E ABÓBORA CABOTIÁ, ABOBRINHA E CEBOLA)	BOLO DE CENOURA/ SUCO DE LARANJA	PÃO FRANCÊS COM MUSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE / SUCO DE LIMÃO	RISOTO DE LEGUMES PERNIL SUÍNO / (ARROZ, PERNIL SUÍNO, CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE)
LANCHE II 15:30 às 16h	SA: ALFACE COM TOMATE	SA: REPOLHO FRUTA: LARANJA			SA: ACELGA COM TOMATE FRUTA: MAMÃO

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)	558	76,8	25,43	16,86	226,78	8,06	453,48	6,77	90,45	5,32	47,37	443,54





Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial					
MÊS DE FEVEREIRO 2024					
REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 12/02/2024	3ª FEIRA 13/02/2024	4ª FEIRA 14/02/2024	5ª FEIRA 15/02/2024	6ª FEIRA 16/02/2024
ALMOÇO: 10h às 10:30h	RECESSO	CARNAVAL	QUARTA-FEIRA DE CINZAS	MACARRÃO ALHO E ÓLEO/ FRANGO DESFIADO LEGUMES (FRANGO ABÓBORA, CABOTIÁ, ABOBRINHA CEBOLA)	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO EMEXIDO COM LEGUMES (CENOURA, ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ACELGA E CENOURA
LANCHE II 15:30 às 16h					

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.)	579	78,96	26,8	17,56	253,16	7,66	448,97	7,09	95,52	5,15	47,44	487,53



J. Rosa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409



Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE FEVEREIRO 2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 19/02/2024	3ª FEIRA 20/02/2024	4ª FEIRA 21/02/2024	5ª FEIRA 22/02/2024	6ª FEIRA 23/02/2024
ALMOÇO: 10h às 10:30h	ARROZ COLORICO COM OVO (ARROZ, CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALMEIRÃO E TOMATE	MACARRO AO MOLHO DE TOMATE / PEITO DE FRANGO DESFIADO / LEGUMES REFOGADO (ABÓBORA SECA), CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ALFACE E PEPINO FRUTA: LARANJA	PÃO FRANCÊS COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO DE TOMATE / SUCO DE MANGA	ARROZ/ FEIJÃO/ PERNIL SUÍNO ACEBOLADO/ LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE E RUCÚLA FRUTA: MAÇÃ	BOLO DE FUBÁ / SUCO DE ABACAXI
LANCHE II 15:30 às 16h					

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)	582	78,96	26,8	17,56	253,16	7,66	447,84	7,09	95,52	5,15	47,44	487,53



J. Rosa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409



Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE FEVEREIRO 2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 26/02/2024	3ª FEIRA 27/02/2024	4ª FEIRA 28/02/2024	5ª FEIRA 29/02/2024	6ª FEIRA -
ALMOÇO: 10h às 10:30h	RISOTO DE LEGUMES COM PERNIL SUÍNO (ABÓBORA SECA, CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ACELGA COM TOMATE FRUTA: ABACAXI	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO COM LEGUMES (CENOURA, ABOBRINHA, OVO, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE	POLENTA AO MOLHO DE TOMA COM MUSC. MOÍDO/ COUVE REFOGANADA NA MANTEIGA E ALHO) SA: TOMATE FRUTA: MANGA	ARROZ COM CENOURA / PERNIL SUÍNO ACEBOLADO/ LEGUMES REFOGADO (ABOBRINHA, CEBOLA E CHEIRO VERDE) SA: ALFACE E PEPINO	-
LANCHE I: 13h às 13:30h					

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.)	552	74,39	25,62	16,95	239,32	6,42	449,21	6,88	94,78	4,95	53,42	493,04



J. Rosa
Janaina Rosa
Nutricionista
CRN - 8 16409