

# *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 AGOSTO/2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA	3ª FEIRA	4ª FEIRA	5ª FEIRA 01/08/2024	6ª FEIRA 02/08/2024
<b>ALMOÇO: 10h às 10:30h</b>	-	-	-	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / COXA E SOBRE COXA ASSADA/ PURÊ DE BATATA (COM SA:ALFACE FRUTA: ABACAXI	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA CARNE BOVINA MUSC CUBOS C/ CENOURA (CARNE BOVINA MÚSC CUBOS, CENOURA, TOMATE E CHEIRO VERDE) SA: ALMEIRÃO
<b>LANCHE II 15:30 às 16h</b>					

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.)	257	42,6	12,0	4,18	271,9	3,4	81,5	3,19	40,80	1,7	28,4	129,2





Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE AGOSTO/2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 05/08/2024	3ª FEIRA 06/08/2024	4ª FEIRA 07/08/2024	5ª FEIRA 08/08/2024	6ª FEIRA 09/08/2024
<b>ALMOÇO: 10h às 10:30h</b>	RISOTO COM PERNIL SUÍNO E LEGUMES (PERNIL SUÍNO, ARROZ, CENOURA, CHUCHU, CEBOLA E CHEIRO)	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ MUSC. EM CUBOS BOVINO / BERINJELA, CENOURA (CHEIRO VERDE E CEBOLA)	PÃO FRANCÊS COM FRANGO DESFIADO COM TOMATE / CHÁ MATE	POLENTA COM COXA E SOBRECOXA DE PANELA AO MOLHO DE TOMATE	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (OVOS, ABOBRINHA, BRÓCOLIS, CEBOLA)
<b>LANCHE II 15:30 às 16h</b>	SA: PEPINO FRUTA: LARANJA	SA: TOMATE		SA: ALMEIRÃO FRUTA: BANANA	

**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 )	228	38,17	9,6	4,12	214,48	2,9	83,9	1,92	33,4	1,51	2,2	97,6





Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE AGOSTO/2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 12/08/2024	3ª FEIRA 13/08/2024	4ª FEIRA 14/08/2024	5ª FEIRA 15/08/2024	6ª FEIRA 16/08/2024
<b>ALMOÇO: 10h às 10:30h</b>	MACARRÃO COM PEITO DE FRANGO AO MOLHO DE TOMATE) COUVE FLOR REFOGADO SA: ALFACE	BOLO DE LARANJA COM FUBÁ SU: NATURAL DE LARANJA	ARROZ COM ABOBRINHA/ COXA E SOBRECOPA DE PANELA / REFOGADO DE ABOBORA CABOTIA/ SA: ALMEIRÃO	PÃO FRANCÊS COM CARNE BOVINA MUSC. MOÍDO AO MOLHO DE TOMATE / CHÁ MATE	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / PERNIL SUINO REFOGADO ACEBOLADO / BETERRABA COZIDA FRUTA: MAÇA
<b>LANCHE II 15:30 às 16h</b>					

**OBSERVAÇÃO:** CARDÁPIO PODERÁ SER ALTERADO EM CASO DE FALTA DE ALGUM ITEM OU DEVIDO GRAU DE MATURACÃO 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)
<b>CEMEIs(4 a 5 anos.)</b>	232	38,26	9,87	4,57	205,45	2,86	106,28	1,84	32,6	1,4	31,90	98,81



*J. Rosa*  
**Janaina Rosa**  
Nutricionista  
CRN - 8 16409



Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE AGOSTO/2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 19/08/2024	3ª FEIRA 20/08/2024	4ª FEIRA 21/08/2024	5ª FEIRA 22/08/2024	6ª FEIRA 23/08/2024
<b>ALMOÇO: 10h às 10:30h</b>	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ OMELETE DE FORNO COM LEGUMES (OVOS, ABOBRINHA, BRÓCOLIS, TOMATE E CEBOLA)/ SA: ALFACE	MINGAU DE CACAU EM PÓ	ARROZ BRANCO/ FRANGO XADREZ (PEITO DE FRANGO, PIMENTÃO VERMELHO E VERDE, CENOURA, CEBOLA REPOLHO E VAGEM) SA ALMEIRÃO	MACARRÃO AO MIOLHO DE TOMATE E PERNIL SUÍNO SA: ALFACE FRUTA: BANANA	POLENTA COM PEITO DE FRANGO AO MOLHO DE TOMATE
<b>LANCHE II 15:30 às 16h</b>					

**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)	241	38,03	11,62	4,81	218,7	289	82,9	1,93	34,20	1,43	26,23	58,98



*J. Rosa*  
**Janaina Rosa**  
Nutricionista  
CRN - 8 16409



Educação Infantil e Ensino Fundamental - Período Parcial

MÊS DE AGOSTO/2024

REFEIÇÕES / HORÁRIOS	2ª FEIRA 26/08/2024	3ª FEIRA 27/08/2024	4ª FEIRA 28/08/2024	5ª FEIRA 29/08/2024	6ª FEIRA 30/08/2024
<b>ALMOÇO: 10h às 10:30h</b>	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / CARNE DE PANELA (MUSC. BOVINO CUBOS) COM MANDIOCA / COUVE REFOGADA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA/ PEITO DE FRANGO EM TIRAS ACEBOLAD/ REFOLHO REFOGADO COM CENOURA, CEBOLA E CHEIRO VERDE SA: ALFACE	ARROZ BRANCO/ FEIJÃO CARIOCA/ OVO MEXIDO COM CEBOLA E CHEIRO VERDE / REFOGADO DE BATATA COM CENOURA SA: TOMATE FRUTA: BANANA	ARROZ BRANCO / FEIJÃO CARIOCA / PERNIL SUINO REFOGADO ACEBOLADO / BETERRABA COZIDA	ARROZ COM ABOBRINHA / COXA E SOBRECOXA ASSADA/ REPOLHO REFOGADO COM CENOURA / BETERRABA COZIDA
<b>LANCHE I: 13h às 13:30h</b>					

**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.)	260	42,20	120,4	4,87	224,8	3,21	103,89	2,40	4,18	1,76	25,95	82,09



*J. Rosa*  
**Janaina Rosa**  
Nutricionista  
CRN - 8 16409