

Secretaria Municipal de
EDUCAÇÃO E CULTURA



PREFEITURA DE
CAMBARÁ
TRABALHANDO PELO PROGRESSO

CARDÁPIO ESCOLAR OUTUBRO

CMEI 6 A 12 MESES

Os cardápios foram elaborados conforme as recomendações da Resolução no 06, de 08 de maio de 2020, do FNDE/MEC.


Anne Caroline Romanini
Nutricionista
CRN 8-14861





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira 01/10	Quinta-Feira 02/10	Sexta-feira 03/10
Desjejum 07:15 às 07:30			Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*
Almoço 10:00 às 10:30			Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Carne de Porco Desfiada Farofa Colorida Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Quirerinha Carne de Panela Desfiada Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão Alho e Óleo Coxa de Frango Assada e Desfiada Salada/Legumes
Lanche 13:00 às 13:30			Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta
Janta 15:30 às 16:00			Sopa de Feijão com Carne Desfiada e Legumes	Risoto de Frango Desfiado e Legumes	Pão com carne moída e legumes

* O leite de vaca poderá ser incluído na alimentação escolar de crianças menores de 1 ano **apenas quando já for ofertado em casa e com a devida autorização dos responsáveis, sem adição de açúcar.**

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Calcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
359,88 kcal	65,22	12,47	14,56	175,29	4,21	358,47	28,54



CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 06/10	Terça-Feira 07/10	Quarta-Feira 08/10	Quinta-Feira 09/10	Sexta-feira 10/10
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*
Almoço 10:00 às 10:30	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão a Bolonhesa Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Mexido Farofa Colorida Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Polenta Cremosa Coxa de Frango Assada e Desfiada Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Carne de Porco desfiada com Batata Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Peito de Frango Desfiado Quirerinha Salada/Legumes
Lanche 13:00 às 13:30	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta
Janta 15:30 às 16:00	Torta de frango com legumes	Quirerinha com Carne de Porco Desfiada	Sopa de Feijão com Carne Desfiada	Pão com carne moída e legumes	Sopa de Legumes com Carne Desfiada e Legumes

* O leite de vaca poderá ser incluído na alimentação escolar de crianças menores de 1 ano **apenas quando já for ofertado em casa e com a devida autorização dos responsáveis, sem adição de açúcar.**

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Calcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
549,08 kcal	60	42	15	237,30	2,97	276,97	16,50





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 13/10	Terça-Feira 14/10	Quarta-Feira 15/10	Quinta-Feira 16/10	Sexta-feira 17/10
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	RECESSO ESCOLAR	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*
Almoço 10:00 às 10:30	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Carne bovina Desfiada Macarrão Alho e Óleo	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Omelete de Forno Farofa Colorida	RECESSO ESCOLAR	Papinha de: Arroz Branco com legumes Feijão Cozido Pernil de porco desfiado Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Coxa de Frango ao Sugo e Desfiada Canjiquinha
Lanche 13:00 às 13:30	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	RECESSO ESCOLAR	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta
Janta 15:30 às 16:00	Torta de frango com legumes	Sopa de Feijão com Carne Desfiada e Legumes	RECESSO ESCOLAR	Pão com carne moída e legumes	Sopa de Legumes com Carne de Porco Desfiada

* O leite de vaca poderá ser incluído na alimentação escolar de crianças menores de 1 ano **apenas quando já for ofertado em casa e com a devida autorização dos responsáveis, sem adição de açúcar.**

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Calcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
495,78kcal	67	27	13	238,98	2,43	313,45	20,92





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 20/10	Terça-Feira 21/10	Quarta-Feira 22/10	Quinta-Feira 23/10	Sexta-feira 24/10
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*
Almoço 10:00 às 10:30	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Ovo Cozido Farofa Colorida	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Lombo de Porco Assado e Desfiado / Canjiquinha	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Coxa Assada e Desfiada Polenta ao Sugo	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada Tirinhas Bovinas Grelhadas com Cebola Legumes Salteados	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Macarrão com Frango Desfiado
Lanche 13:00 às 13:30	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta
Janta 15:30 às 16:00	Risoto de Frango Desfiado com Legumes	Pão com carne moída e legumes	Sopa de Feijão com Carne Desfiada	Torta de frango com legumes	Macarrão à Bolonhesa

* O leite de vaca poderá ser incluído na alimentação escolar de crianças menores de 1 ano **apenas quando já for ofertado em casa e com a devida autorização dos responsáveis, sem adição de açúcar.**

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Calcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
528,25kcal	63	38	14	237,87	2,44	259,48	16,81



CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 27/10	Terça-Feira 28/10	Quarta-Feira 29/10	Quinta-Feira 30/10	Sexta-feira 31/10
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*
Almoço 10:00 às 10:30	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Omelete de legumes Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão Alho e Óleo Carne de Panela Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Escondidinho de Frango Desfiado Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada Ovo Mexido Legumes Salteados	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Polenta ao Sugo Coxa de Frango Assada e Desfiada Salada/Legumes
Lanche 13:00 às 13:30	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta
Janta 15:30 às 16:00	Macarrão a Bolonhesa	Torta de frango com legumes	Canjiquinha com Carne de Porco Desfiada e Legumes	Pão com carne moída e legumes	Sopa de Carne Desfiada com Legumes

* O leite de vaca poderá ser incluído na alimentação escolar de crianças menores de 1 ano **apenas quando já for ofertado em casa e com a devida autorização dos responsáveis, sem adição de açúcar.**

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Calcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
490,91kcal	58	33	13	234,44	2,49	297,08	18,49



Secretaria Municipal de
EDUCAÇÃO E CULTURA



PREFEITURA DE
CAMBARÁ
TRABALHANDO PELO PROGRESSO

CARDÁPIO ESCOLAR PARA RESTRIÇÕES ALIMENTARES

CMEI 6 A 12 MESES

AC
Anne Caroline Romanini
Nutricionista
CRN 8-14861



CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira 01/10	Quinta-Feira 02/10	Sexta-feira 03/10
Desjejum 07:15 às 07:30			Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil
Almoço 10:00 às 10:30			Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Carne de Porco Desfiada Farofa Colorida Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Quirerinha Carne de Panela Desfiada Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão* Alho e Óleo Coxa de Frango Assada e Desfiada Salada/Legumes
Lanche 13:00 às 13:30			Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta
Janta 15:30 às 16:00			Sopa de Feijão com Carne Desfiada e Legumes	Risoto de Frango Desfiado e Legumes	Polenta cremosa com molho de carne moída e legumes cozidos

* Utilizar macarrão sem glúten

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Calcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
359,88 kcal	65,22	12,47	14,56	175,29	4,21	358,47	28,54





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 06/10	Terça-Feira 07/10	Quarta-Feira 08/10	Quinta-Feira 09/10	Sexta-feira 10/10
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil
Almoço 10:00 às 10:30	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Macarrão* a Bolonhesa Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Ovo Mexido** Farofa Colorida Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Polenta Cremosa Coxa de Frango Assada e Desfiada Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Carne de Porco desfiada com Batata Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Peito de Frango Desfiado Quirerinha Salada/Legumes
Lanche 13:00 às 13:30	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta
Janta 15:30 às 16:00	Polenta Cremosa com Frango Desfiado	Quirerinha com Carne de Porco Desfiada	Sopa de Feijão com Carne Desfiada	Risoto de Frango Desfiado com Legumes	Sopa de Legumes com Carne Desfiada e Legumes

* Utilizar macarrão sem glúten | ** Substituir Ovo por Frango desfiado

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Calcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
549,08 kcal	60	42	15	237,30	2,97	276,97	16,50





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 13/10	Terça-Feira 14/10	Quarta-Feira 15/10	Quinta-Feira 16/10	Sexta-feira 17/10
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	RECESSO ESCOLAR	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil
Almoço 10:00 às 10:30	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Carne Desfiada Grelhada Macarrão* Alho e Óleo	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Omelete** de Forno Farofa Colorida	RECESSO ESCOLAR	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Omelete de Forno Farofa Colorida	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Coxa de Frango ao Sugo e Desfiada / Canjiquinha
Lanche 13:00 às 13:30	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	RECESSO ESCOLAR	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta
Janta 15:30 às 16:00	Canja de Legumes	Sopa de Feijão com Carne Desfiada e Legumes	RECESSO ESCOLAR	Risoto de Carne Desfiada com Legumes	Sopa de Legumes com Carne de Porco Desfiada

* Utilizar macarrão sem glúten | ** Substituir Ovo por Frango desfiado

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Calcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
495,78kcal	67	27	13	238,98	2,43	313,45	20,92



CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 20/10	Terça-Feira 21/10	Quarta-Feira 22/10	Quinta-Feira 23/10	Sexta-feira 24/10
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*
Almoço 10:00 às 10:30	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Ovo Cozido Farofa Colorida	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Lombo de Porco Assado e Desfiado / Canjiquinha	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Coxa Assada e Desfiada Polenta ao Sugo	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada Tirinhas Bovinas Grelhadas com Cebola Legumes Salteados	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Macarrão com Frango Desfiado
Lanche 13:00 às 13:30	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta
Janta 15:30 às 16:00	Risoto de Frango Desfiado com Legumes	Sopa de Frango com Legumes	Sopa de Feijão com Carne Desfiada	Canja de Galinha	Macarrão à Bolonhesa

* Utilizar macarrão sem glúten | ** Substituir Ovo por Frango desfiado

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Calcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
528,25kcal	63	38	14	237,87	2,44	259,48	16,81





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 27/10	Terça-Feira 28/10	Quarta-Feira 29/10	Quinta-Feira 30/10	Sexta-feira 31/10
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil
Almoço 10:00 às 10:30	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Tirinhas Bovinas Farofa Colorida	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Bife de Panela Macarrão Alho e Óleo	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Escondidinho de Frango Desfiado	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada Ovo Mexido Legumes Salteados	Papinha de: Arroz Branco Feijão Cozido Salada/Legumes Coxa de Frango Assada e Desfiada / Polenta ao Sugo
Lanche 13:00 às 13:30	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta
Janta 15:30 às 16:00	Macarrão* a Bolonhesa	Sopa de Frango com Legumes	Canjiquinha com Carne de Porco Desfiada e Legumes	Risoto de Carne Desfiada e Legumes	Sopa de Carne Desfiada com Legumes

* Utilizar macarrão sem glúten | ** Substituir Ovo por Frango desfiado

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Calcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
490,91kcal	58	33	13	234,44	2,49	297,08	18,49

