

Secretaria Municipal de
EDUCAÇÃO E CULTURA



PREFEITURA DE
CAMBARÁ
TRABALHANDO PELO PROGRESSO

CARDÁPIO ESCOLAR DEZEMBRO

CMEI 6 A 12 MESES


Anne Caroline Romanini
Nutricionista
CRN 8-14861

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



CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 01/12	Terça-Feira 02/12	Quarta-Feira 03/12	Quinta-Feira 04/12	Sexta-feira 05/12
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 30g Feijão Cozido 15g Peito de frango desfiado 55g Farofa Colorida 10g Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Pernil de Porco assado e desfiado Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Coxa e Sobrecoxa assada e desfiada com Batatas Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Carne moída refogada com Legumes Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Coxa de Frango desfiada ao sugo 75g Macarrão Alho e Óleo 20g 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	Sopa de Frango com Legumes 100g	Torta de Frango com Legumes 40g	Macarrão à bolonhesa 100g	Pão com Carne moída e legumes 40g	Polenta Cremosa com Carne Moída 85g

* O leite de vaca poderá ser incluído na alimentação escolar de crianças menores de 1 ano **apenas quando já for oferecido 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)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
505,12	60	31	14	233,56	2,53	284,25	16,82





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 08/12	Terça-Feira 09/12	Quarta-Feira 10/12	Quinta-Feira 11/12	Sexta-feira 12/12
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 30g Feijão Cozido 15g Iscas de frango grelhado 50g Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Macarrão ao alho e óleo Carne Suína 50g Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Carne bovina 50g Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Coxa e Sobrecoxa 50g Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Polenta cremosa 100g Carne Suína 50g Salada/Legumes Fruta
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	Omelete de forno com legumes 80g	Quirerinha com carne suína e salada 100g	Pão com Frango desfiado e legumes	Sopa de legumes com carne bovina 140g	Macarrão ao Alho e Óleo com Ovos mexidos 130g

* 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)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
473,86	57	25	15	248,74	1,90	289,29	29,85



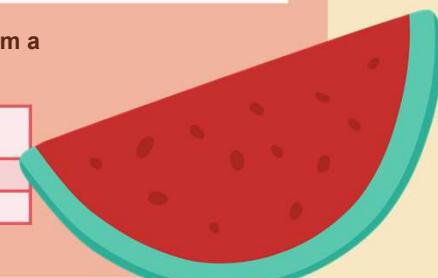
CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 15/12	Terça-Feira 16/12	Quarta-Feira 17/12	Quinta-Feira 18/12	Sexta-feira 19/12
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno/Fórmula Infantil*	Leite Materno/Fórmula Infantil*	Leite Materno/Fórmula Infantil*	Leite Materno/Fórmula Infantil*	RECESSO ESCOLAR
Almoço 10:00 às 10:30	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Carne de Panela com legumes 40g Farofa Colorida 10g Salada Fruta	Sopa de Macarrão com Picadinho de Pernil suíno com tomate, cenoura e batata 100g	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Carne Moída 50g	Polenta cremosa com Coxa e Sobrecoxa assada desfiada com legumes 100g	RECESSO ESCOLAR
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	RECESSO ESCOLAR
Janta 15:30 às 16:00	Polenta cremosa com Coxa e Sobrecoxa assada desfiada com legumes 100g	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Carne moída com legumes 40g	Torta de Frango e legumes 40g	Sopa de Macarrão com Picadinho de Pernil suíno com tomate, cenoura e batata 100g	RECESSO ESCOLAR

* 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)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
472,34	63	25	13	246,8	2,18	193,8	6,79





CMEI 6 A 12 MESES					
REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 22/12	Terça-Feira 23/12	Quarta-Feira 24/12	Quinta-Feira 25/12	Sexta-feira 26/12
Desjejum	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Almoço	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Lanche	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Janta	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS

Secretaria Municipal de
EDUCAÇÃO E CULTURA



PREFEITURA DE
CAMBARÁ
TRABALHANDO PELO PROGRESSO

CARDÁPIO ESCOLAR DEZEMBRO RESTRICOES ALIMENTARES

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.



CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 01/12	Terça-Feira 02/12	Quarta-Feira 03/12	Quinta-Feira 04/12	Sexta-feira 05/12
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 30g Feijão Cozido 15g Peito de frango desfiado 55g Farofa Colorida 10g Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Pernil de Porco assado e desfiado Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Coxa e Sobrecoxa assada e desfiada com Batatas Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Carne moída refogada com Legumes Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Coxa de Frango desfiada ao sugo 75g Macarrão* Alho e Óleo 20g 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	Sopa de Frango com Legumes 100g	Torta de Frango com Legumes 40g	Macarrão* à bolonhesa 100g	Pão com Carne moída e legumes 40g	Polenta Cremosa com Carne Moída 85g

* Utilizar macarrão sem glúten

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
505,12	60	31	14	233,56	2,53	284,25	16,82





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 08/12	Terça-Feira 09/12	Quarta-Feira 10/12	Quinta-Feira 11/12	Sexta-feira 12/12
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 30g Feijão Cozido 15g Iscas de frango grelhado 50g Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Macarrão* ao alho e óleo Carne Suína 50g Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Carne bovina 50g Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Coxa e Sobrecoxa 50g Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Polenta cremosa 100g Carne Suína 50g Salada/Legumes Fruta
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	Omelete** de forno com legumes 80g	Quirerinha com carne suína e salada 100g	Pão com Frango desfiado e legumes	Sopa de legumes com carne bovina 140g	Macarrão* ao Alho e Óleo com Ovos mexidos 130g

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

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
473,86	57	25	15	248,74	1,90	289,29	29,85



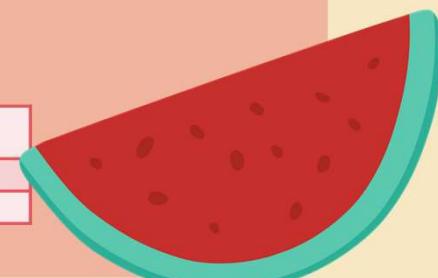
CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 15/12	Terça-Feira 16/12	Quarta-Feira 17/12	Quinta-Feira 18/12	Sexta-feira 19/12
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno/Fórmula Infantil	Leite Materno/Fórmula Infantil	Leite Materno/Fórmula Infantil	Leite Materno/Fórmula Infantil	RECESSO ESCOLAR
Almoço 10:00 às 10:30	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Carne de Panela com legumes 40g Farofa Colorida 10g Salada	Sopa de Macarrão* com Picadinho de Pernil suíno com tomate, cenoura e batata 100g Fruta	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Carne Moída 50g Fruta	Polenta cremosa com Coxa e Sobrecoxa assada desfiada com legumes 100g Fruta	RECESSO ESCOLAR
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	RECESSO ESCOLAR
Janta 15:30 às 16:00	Polenta cremosa com Coxa e Sobrecoxa assada desfiada com legumes 100g	Papinha de: Arroz Branco 30g Feijão Cozido 15g Carne moída com legumes 40g	Torta de Frango e legumes 40g	Sopa de Macarrão* com Picadinho de Pernil suíno com tomate, cenoura e batata 100g	RECESSO ESCOLAR

* Utilizar macarrão sem glúten

INFORMAÇÕES NUTRICIONAIS – MÉDIA SEMANAL

Valor Energético (kcal)	CHO (g)	PTN (g)	LIP (g)	Cálcio (mg)	Fe (mg)	Vitamina A (mcg)	Vit. C (mg)
472,34	63	25	13	246,8	2,18	193,8	6,79





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 22/12	Terça-Feira 23/12	Quarta-Feira 24/12	Quinta-Feira 25/12	Sexta-feira 26/12
Desjejum	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Almoço	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Lanche	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS
Janta	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS	FÉRIAS