

Secretaria Municipal de
EDUCAÇÃO E CULTURA



PREFEITURA DE
CAMBARÁ
TRABALHANDO PELO PROGRESSO

CARDÁPIO ESCOLAR NOVEMBRO

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 03/11	Terça-Feira 04/11	Quarta-Feira 05/11	Quinta-Feira 06/11	Sexta-feira 07/11
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 Carioca Coxa e Sobrecoxa assada com Legumes Salada	Polenta cremosa com molho de carne moída e legumes cozidos Fruta	Papinha de: Arroz Branco com legumes Feijão Carioca Pernil Suíno Salada Fruta	Sopa de legumes com arroz e frango desfiado Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Macarrão à Bolonhesa 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 molho de carne moída e legumes cozidos	Sopa de Macarrão com Carne desfiada e Legumes	Torta de Frango desfiado e legumes	Papinha de: Arroz Branco e Omelete com Legumes	Caldinho de feijão com macarrão, 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)
500,53 kcal	68	25	11	256,63	1,85	287,88	50,16





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 10/11	Terça-Feira 11/11	Quarta-Feira 12/11	Quinta-Feira 13/11	Sexta-feira 14/11
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 Carioca Polenta cremosa Carne Suína picadinha Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Coxa e Sobrecoxa desossada desfiada Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Carne bovina Salada/Legumes Fruta	Macarrão ao alho e óleo Carne Suína picadinha Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Isclas de frango grelhado 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 ao Alho e Óleo Ovos mexidos	Sopa de legumes com carne bovina	Pão com Frango desfiado e legumes	Quirerinha com carne suína e salada	Omelete de forno 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)
473,86 kcal	57	25	15	248,74	1,90	289,29	29,85





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 17/11	Terça-Feira 18/11	Quarta-Feira 19/11	Quinta-Feira 20/11	Sexta-feira 21/11
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	FERIADO	RECESSO ESCOLAR
Almoço 10:00 às 10:30	Galinhada com legumes Feijão Carioca Salada Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Omelete com Legumes Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Frango desfiado Salada/Legumes Fruta	FERIADO	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	FERIADO	RECESSO ESCOLAR
Janta 15:30 às 16:00	Sopa de legumes com carne bovina	Polenta cremosa Frango ao molho Salada	Sopa de legumes com carne bovina	FERIADO	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)	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 24/11	Terça-Feira 25/11	Quarta-Feira 26/11	Quinta-Feira 27/11	Sexta-feira 28/11
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 Carioca Macarrão ao Alho e Óleo Ovos mexidos Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Macarrão ao sugo Almôndegas Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Carne suína picadinha Farofa de Legumes Saladas	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Coxa e Sobrecoxa desossada desfiada com Legumes Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Macarrão Molho a Bolonhesa 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	Sopa de Lentilha com macarrão e legumes	Polenta cremosa com molho de carne moída e legumes cozidos	Macarrão ao Alho e Óleo Ovos mexidos	Pão com carne moída e legumes	Quirerinha com carne suína

* 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)
534,33 kcal	68	24	17	252,37	2,53	303,27	28,72



Secretaria Municipal de
EDUCAÇÃO E CULTURA



PREFEITURA DE
CAMBARÁ
TRABALHANDO PELO PROGRESSO

CARDÁPIO ESCOLAR - NOVEMBRO

RESTRIÇÕES ALIMENTARES

CMEI 6 A 12 MESES


Anne Caroline Romanini
Nutricionista
CRN 8-14861





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 03/11	Terça-Feira 04/11	Quarta-Feira 05/11	Quinta-Feira 06/11	Sexta-feira 07/11
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 Carioca Coxa e Sobrecoxa assada com Legumes Salada	Polenta cremosa com molho de carne moída e legumes cozidos Fruta	Papinha de: Arroz Branco com legumes Feijão Carioca Pernil Suíno Salada Fruta	Sopa de legumes com arroz e frango desfiado Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Macarrão* à Bolonhesa 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 molho de carne moída e legumes cozidos	Sopa de Macarrão* com Carne desfiada e Legumes	Torta de Frango desfiado e legumes	Papinha de: Arroz Branco e Omelete** com Legumes	Caldinho de feijão com macarrão*, 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)
500,53 kcal	68	25	11	256,63	1,85	287,88	50,16





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 10/11	Terça-Feira 11/11	Quarta-Feira 12/11	Quinta-Feira 13/11	Sexta-feira 14/11
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 Carioca Polenta cremosa Carne Suína picadinha Salada/Legumes	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Coxa e Sobrecoxa desossada desfiada Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Carne bovina Salada/Legumes Fruta	Macarrão* ao alho e óleo Carne Suína picadinha Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Isclas de frango grelhado 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* ao Alho e Óleo Ovos mexidos**	Sopa de legumes com carne bovina	Pão com carne moída e legumes	Quirerinha com carne suína e salada	Omelete** de forno 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)
473,86 kcal	57	25	15	248,74	1,90	289,29	29,85





CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira 17/11	Terça-Feira 18/11	Quarta-Feira 19/11	Quinta-Feira 20/11	Sexta-feira 21/11
Desjejum 07:15 às 07:30	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	FERIADO	RECESSO ESCOLAR
Almoço 10:00 às 10:30	Papinha de: Galinhada com legumes Feijão Carioca Salada Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Omelete** com Legumes Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Frango desfiado Salada/Legumes Fruta	FERIADO	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	FERIADO	RECESSO ESCOLAR
Janta 15:30 às 16:00	Sopa de legumes com carne bovina	Polenta cremosa Frango ao molho Salada	Sopa de legumes com carne bovina	FERIADO	RECESSO ESCOLAR

* 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)
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 24/11	Terça-Feira 25/11	Quarta-Feira 26/11	Quinta-Feira 27/11	Sexta-feira 28/11
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 Carioca Macarrão* ao Alho e Óleo Ovos mexidos** Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Macarrão* ao sugo Almôndegas Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Carne suína picadinha Farofa de Legumes Saladas	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Coxa e Sobrecoxa desossada desfiada com Legumes Salada	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Macarrão* Molho a Bolonhesa 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	Sopa de Lentilha com macarrão e legumes	Polenta cremosa com molho de carne moída e legumes cozidos	Macarrão* ao Alho e Óleo Ovos mexidos**	Pão com carne moída e legumes	Quirerinha com carne suína

* 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)
534,33 kcal	68	24	17	252,37	2,53	303,27	28,72

