

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
<b>Desjejum</b> <b>07:15 às 07:30</b>	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*
<b>Almoço</b> <b>10:00 às 10:30</b>	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
<b>Lanche</b> <b>13:00 às 13:30</b>	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
<b>Janta</b> <b>15:30 às 16:00</b>	Polenta cremosa com molho de carne moída e legumes cozidos	Sopa de Macarrão com Carne desfiada e Legumes	<b>Torta de Frango desfiado e legumes</b>	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
<b>Desjejum</b> <b>07:15 às 07:30</b>	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*
<b>Almoço</b> <b>10:00 às 10:30</b>	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Polenta cremosa Carne Suína picadinho 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 picadinho Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Iscas de frango grelhado Salada/Legumes
<b>Lanche</b> <b>13:00 às 13:30</b>	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
<b>Janta</b> <b>15:30 às 16:00</b>	Macarrão ao Alho e Óleo Ovos mexidos	Sopa de legumes com carne bovina	<b>Pão com Frango desfiado e legumes</b>	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 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)	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
<b>Desjejum</b> <b>07:15 às 07:30</b>	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>
<b>Almoço</b> <b>10:00 às 10:30</b>	Galinha 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	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>
<b>Lanche</b> <b>13:00 às 13:30</b>	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil* Papinha de Fruta	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>
<b>Janta</b> <b>15:30 às 16:00</b>	Sopa de legumes com carne bovina	Polenta cremosa Frango ao molho Salada	Sopa de legumes com carne bovina	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>

\* 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)	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



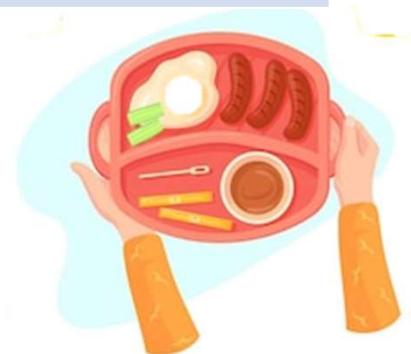


### CMEI 6 A 12 MESES

REFEIÇÕES/ HORÁRIO	Segunda-Feira <b>24/11</b>	Terça-Feira <b>25/11</b>	Quarta-Feira <b>26/11</b>	Quinta-Feira <b>27/11</b>	Sexta-feira <b>28/11</b>
<b>Desjejum</b> <b>07:15 às 07:30</b>	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*	Leite Materno / Fórmula Infantil*
<b>Almoço</b> <b>10:00 às 10:30</b>	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 picadinho 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
<b>Lanche</b> <b>13:00 às 13:30</b>	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
<b>Janta</b> <b>15:30 às 16:00</b>	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 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)	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
<b>Desjejum</b> <b>07:15 às 07:30</b>	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil
<b>Almoço</b> <b>10:00 às 10:30</b>	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
<b>Lanche</b> <b>13:00 às 13:30</b>	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
<b>Janta</b> <b>15:30 às 16:00</b>	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 <b>10/11</b>	Terça-Feira <b>11/11</b>	Quarta-Feira <b>12/11</b>	Quinta-Feira <b>13/11</b>	Sexta-feira <b>14/11</b>
<b>Desjejum</b> <b>07:15 às 07:30</b>	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil
<b>Almoço</b> <b>10:00 às 10:30</b>	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Polenta cremosa Carne Suína picadinho 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 picadinho Salada/Legumes Fruta	Papinha de: Arroz Branco Feijão Carioca Iscas de frango grelhado Salada/Legumes
<b>Lanche</b> <b>13:00 às 13:30</b>	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
<b>Janta</b> <b>15:30 às 16:00</b>	Macarrão* ao Alho e Óleo Ovos mexidos**	Sopa de legumes com carne bovina	<b>Pão com carne moída e legumes</b>	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
<b>Desjejum</b> <b>07:15 às 07:30</b>	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	Leite Materno / Fórmula Infantil	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>
<b>Almoço</b> <b>10:00 às 10:30</b>	Papinha de: Galinhadada 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	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>
<b>Lanche</b> <b>13:00 às 13:30</b>	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	Leite Materno / Fórmula Infantil Papinha de Fruta	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>
<b>Janta</b> <b>15:30 às 16:00</b>	Sopa de legumes com carne bovina	Polenta cremosa Frango ao molho Salada	Sopa de legumes com carne bovina	<b>FERIADO</b>	<b>RECESSO ESCOLAR</b>

\* 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 picadinho 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**	<b>Pão com carne moída e legumes</b>	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

