

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLAR

CARDÁPIO 07 À 11 DE FEVEREIRO DE 2022 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 1 REFEIÇÃO

| Segunda-feira 07/02/2022 | Terça-feira 08/02/2022 | Quarta-feira 09/02/2022 | Quinta-feira 10/02/2022 | Sexta-feira 11/02/2022 |
|--|--|---|---|--|
| Polenta com Suíno na pressão com molho Salada de chuchu Maçã | Arroz + Feijão Carne moída com Abóbora Salada de Alface Mamão | Arroz + Feijão Salada de Ovo com Batata Abacaxi | Arroz + Feijão Sobrecoca com Tomate Salada de Vagem com Cenoura Laranja Pera | Canjica Biscoito Salgado Melão |

Obs. Cardápio sujeito a alterações pela disponibilidade do produto e/ou intercorrências na entrega pelo fornecedor, melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo e que não alterem significativamente a composição geral e nutricional da refeição.

Composição Nutricional (média semanal)

| Etapa/ Faixa etária | Energia Kcal | Proteína Gramas | Lipídeos Gramas | Carboidratos Gramas |
|-----------------------------|--------------|-----------------|-----------------|---------------------|
| Pré-escola (4-5 anos) | 292 | 13 | 11 | 44 |
| Fundamental I (6-10 anos) | 349 | 14 | 13 | 46 |
| Fundamental II (11-15 anos) | 528 | 23 | 16 | 74 |

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar

ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3º REGIÃO

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 07 À 11 DE FEVEREIRO DE 2022 BERÇÁRIO II E

MATERNAL 3 REFEIÇÕES - Consistência sólida

| Refeição | Segunda-feira 07/02/2022 | Terça-feira 08/02/2022 | Quarta-feira 09/02/2022 | Quinta-feira 10/02/2022 | Sexta-feira 11/02/2022 |
|-----------------------------------|--|---|--|---|---|
| Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00 | Aveioca Leite com Cacau | Bolo de Chocolate Leite | Torta de Acelga com tomate Leite com cacau | Pão de Fubá Leite com Cacau | Torta de cenoura com espinafre Leite |
| Almoço 10:00 ÀS 11:00 | Polenta com Suíno na pressão com molho Salada de chuchu Maçã | Arroz + Feijão Carne moída com Abóbora Salada de Alface Mamão | Arroz + Feijão Salada de Ovo com Batata Abacaxi | Arroz + Feijão Sobrecoxa com Tomate Salada de Vagem com Cenoura Laranja Pera | Arroz + Grão-de-bico Frango Salada de Beterraba Banana |
| LANCHE DA TARDE 13:00 ÀS 14:00 | Banana | Leite | Goiaba | Leite | Melão |
| JANTAR 16:00 ÀS 17:00 | Arroz + Feijão Filé de frango Salada de Beterraba | Sopa de mandioca com carne moída e espinafre | Canja com arroz frango e cenoura | Arroz + Feijão Ovo mexido Salada de alface | Macarrão com carne moída |

Obs. Cardápio sujeito a alterações pela disponibilidade do produto e/ou intercorrências na entrega pelo fornecedor, melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo e que não alterem significativamente a composição geral e nutricional da refeição.

Composição Nutricional (média semanal)

| Etapa/ Faixa etária | Energia Kcal | Proteínas Gramas | Lipídeos Gramas | Carboidratos Gramas | Cálcio Miligramas | Ferro Miligramas | Retinol Microgramas | Vitamina C Miligramas |
|---|-----------------|---------------------|--------------------|------------------------|----------------------|---------------------|------------------------|--------------------------|
| Berçário II e Maternal (2-3 anos) | 584 | 25 | 18 | 84 | 211,35 | 3,43 | 196,61 | 32 |

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar.

ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3° REGIÃO

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 07 À 11 DE FEVEREIRO DE 2022 BERÇÁRIO I

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

| REFEIÇÃO | Segunda-feira 07/02/2022 | Terça-feira 08/02/2022 | Quarta-feira 09/02/2022 | Quinta-feira 10/02/2022 | Sexta-feira 11/02/2022 |
|-----------------------------------|---|--|--|--|---|
| Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00 | Leite materno ou fórmula infantil | Leite materno ou fórmula infantil | Leite materno ou fórmula infantil | Leite materno ou fórmula infantil | Leite materno ou fórmula infantil |
| Almoço 10:00 ÀS 11:00 | Polenta com Suíno na pressão com molho chuchu refogado Maçã | Papa de arroz com feijão Carne moída com Abóbora Mamão | Papa de arroz com feijão Ovo Cozido Batata cozida Abacaxi | Papa de arroz com feijão Sobrecoxa com Tomate Vagem com Cenoura Refogada Laranja Pera | Papa de arroz com Grão-de-bico Frango Beterraba Banana |
| Lanche da Tarde 13:00 ÀS 14:00 | Leite materno ou fórmula infantil | Leite materno ou fórmula infantil | Leite materno ou fórmula infantil | Leite materno ou fórmula infantil | Leite materno ou fórmula infantil |
| Jantar 16:00 ÀS 17:00 | Papa de arroz com feijão Frango Desfiado Beterraba | Sopa de mandioca com carne moída e espinafre | Canja com arroz frango e cenoura | Papa de arroz com feijão Ovo mexido com tomate | Macarrão com carne moída |

Obs. Cardápio sujeito a alterações pela disponibilidade do produto e/ou intercorrências na entrega pelo fornecedor, melhor aproveitamento dos alimentos (armazenagem, grau de maturação e/ou prazo de validade). As trocas e substituições são permitidas por alimentos do mesmo grupo e que não alterem significativamente a composição geral e nutricional da refeição.

Composição Nutricional (média semanal)

| Etapa/ Faixa etária | Energia Kcal | Proteínas Gramas | Lipídeos Gramas | Carboidratos Gramas | Cálcio Miligramas | Ferro Miligramas | Retinol Microgramas | Vitamina C Miligramas |
|-------------------------------|-----------------|---------------------|--------------------|------------------------|----------------------|---------------------|------------------------|--------------------------|
| Berçário I (7-11 meses) | 466 | 17 | 18 | 59 | 278,74 | 5,52 | 321,88 | 57,66 |

ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3° REGIÃO