

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLAR

CARDÁPIO 09 A 13 DE MAIO DE 2022 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 1 REFEIÇÃO

Segunda-feira 09/05/2022	Terça-feira 10/05/2022	Quarta-feira 11/05/2022	Quinta-feira 12/05/2022	Sexta-feira 13/05/2022
Bisnaguinha com molho de frango Leite com achocolatado Maçã	Arroz + Feijão Carne cozida com mandioca Salada de repolho Pera	Arroz integral + Feijão Salada de Ovo com batata Abacaxi	Arroz + Feijão Sobrecoxa Cozida com tomate Salada de Acelga Mexerica	Sopa de feijão com carne macarrão abóbora e espinafre Mamão

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)	287	11	10	40
Fundamental I (6-10 anos)	330	13	10	48
Fundamental II (11-15 anos)	443	18	12	68

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3º REGIÃO

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 09 A 13 DE MAIO DE 2022 BERÇÁRIO II E

MATERNAL (1 a 3 anos) 3 REFEIÇÕES - Consistência sólida

Refeição	Segunda-feira 09/05/2022	Terça-feira 10/05/2022	Quarta-feira 11/05/2022	Quinta-feira 12/05/2022	Sexta-feira 13/05/2022
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	Aveioca Leite com Cacau	Torta de cenoura, tomate e cebola Leite com Cacau	Leite batido com beterraba banana	Bolo de cenoura cobertura de cacau Leite	Ovo mexido Leite com cacau
Almoço 10:00 ÀS 11:00	Polenta com molho de frango Salada de acelga Maçã	Arroz + Feijão Carne cozida com mandioca Salada de repolho Pera	Arroz integral + Feijão Salada de Ovo com batata Abacaxi	Arroz + Feijão Sobrecoxa Cozida com tomate Salada de beterraba Laranja Lima	Sopa de feijão com carne macarrão abóbora e espinafre Mamão
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	Laranja Lima	Abacaxi	Goiaba	Mexerica	Maçã
Jantar 16:00 às 17:00	Arroz + Feijão Carne cozida com mandioquinha Salada de Pepino	Sopa de Feijão com carne moída, macarrão e abóbora moranga	Arroz + Feijão Frango com vagem salada de alface	Macarrão com carne moída salada de chuchu	Arroz + Feijão Omelete com Cheiro Verde salada de tomate

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 (1-3 anos)	599	25	17	86	213	3,85	168	74

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar. ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3º REGIÃO

CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 09 A 13 DE MAIO DE 2022 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 09/05/2022	Terça-feira 10/05/2022	Quarta-feira 11/05/2022	Quinta-feira 12/05/2022	Sexta-feira 13/05/2022
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 molho de frango Maçã	Papa de arroz + Feijão Carne cozida com mandioca repolho refogado Pera	Papa de arroz + Feijão Ovo com batata Abacaxi	Papa de arroz + Feijão Sobrecoxa Cozida com tomate Acelga refogada Laranja Lima	Sopa de feijão com carne macarrão abóbora e espinafre Mamão
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 + Feijão Carne cozida com mandioquinha	Sopa de Feijão com carne moída, macarrão e abóbora moranga	Papa de arroz + Feijão Frango com vagem	Macarrão com carne moída chuchu refogado	Papa de arroz + Feijão Omelete com Cheiro Verde e tomate

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)	530	19	19	68	256,38	5,93	261,81	57,98

Disponibilizar o cardápio para a comunidade escolar. ELABORADO POR SILVANA MIEZA CRN 49.279 3° REGIÃO

LEITE BATIDO COM BETERRABA

1 LITRO DE ÁGUA

10 COLHERES DE SOPA DE LEITE EM PÓ

$\frac{1}{4}$ DE BETERRABA MÉDIA

BATER TODOS OS INGREDIENTES NO LIQUIDIFICADOR, COAR E SERVIR.