



## CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLAR

CARDÁPIO 28 DE OUTUBRO À 01 DE NOVEMBRO DE 2024 PRÉ-ESCOLA,

FUNDAMENTAL I E FUNDAMENTAL II 2 REFEIÇÃO

Refeição	Segunda-feira 28/10/2024	Terça-feira 29/10/2024	Quarta-feira 30/10/2024	Quinta-feira 31/10/2024	Sexta-feira 01/11/2024
Lanche da Manhã 09:00 ÀS 09:30  Lanche da tarde 15:00 ÀS 15:30	FERIADO	Banana	Biscoito maisena  Leite	Goiaba	Pera
Almoço Manhã 11:00 ÀS 12:00  Almoço tarde 13:00 ÀS 14:00	FERIADO	Arroz + Feijão  Carne cozida com Abobrinha  Salada de Rabanete  Abacaxi	Arroz + Feijão + Ovo com batata,  Berinjela refogada  salada de Rúcula  Maçã	Sopa de mandioca com frango e cenoura e espinafre  Manga	Arroz +Feijão Peixe com tomate e pimentão  Farofa de cenoura  Salada de Repolho  Banana

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)	434	14	14	65
Fundamental I (6-10 anos)	564	16	17	84
Fundamental II (11-15 anos)	751	19	20	121

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

*Silvana Mieza*  
**SILVANA MIEZA**  
CHEFE DE UNIDADE DE SEGURANÇA ALIMENTAR  
CRN-3 49279



## CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 28 DE OUTUBRO À 01 DE NOVEMBRO DE 2024 JARDIM INTEGRAL E

MATERNAL INTEGRAL (3 e 4 anos) 3 REFEIÇÕES - Consistência sólida

Refeição	Segunda-feira 28/10/2024	Terça-feira 29/10/2024	Quarta-feira 30/10/2024	Quinta-feira 31/10/2024	Sexta-feira 01/11/2024
Lanche Manhã 08:00 ÀS 09:00	FERIADO	Vitamina de abacate  Biscoito cream cracker	Biscoito maisena e Leite	Torta de escarola com tomate  leite com cacau	Mingau de aveia com canela
Almoço 11:00 ÀS 12:00	FERIADO	Arroz + Feijão  Carne cozida com Abobrinha  Salada de Rabanete  Abacaxi	Arroz + Feijão + Ovo com batata,  Berinjela refogada  salada de Rúcula  Maçã	Sopa de mandioca com frango e cenoura e espinafre  Manga	Arroz +Feijão Peixe com tomate e pimentão  Farofa de cenoura  Salada de Repolho  Banana
Lanche da tarde 15:00 às 16:00	FERIADO	Bolinho  Leite  Banana	Vitamina de abacate Biscoito cream cracker  Goiaba	Biscoito maisena  Leite  Melancia	Torta de repolho com cenoura leite com cacau Abacaxi

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
Jardim e Maternal (3 e 4 anos)	774	32	21	124

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

*Silvana Mieza*  
**SILVANA MIEZA**  
CRECHE DE EDUCAÇÃO DE INFÂNCIA MUNICIPAL  
CRN-3 49279



## CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 28 DE OUTUBRO À 01 DE NOVEMBRO DE 2024 BERÇÁRIO II E

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

Refeição	Segunda-feira 28/10/2024	Terça-feira 29/10/2024	Quarta-feira 30/10/2024	Quinta-feira 31/10/2024	Sexta-feira 01/11/2024
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	FERIADO	Pãozinho Leite com cacau	Bolo de banana Leite	Vitamina de leite e abacate	Torta de escarola com tomate Leite com cacau
Almoço 10:00 ÀS 11:00	FERIADO	Arroz + Feijão Carne cozida com Abobrinha Salada de Rabanete Abacaxi	Arroz + Feijão + Ovo com batata, Berinjela refogada salada de Rúcula Maçã	Arroz + Feijão Frango e cenoura Salada de escarola Manga	Arroz + Feijão Peixe com tomate e pimentão Farofa de cenoura Salada de Repolho Banana
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	FERIADO	Mamão	Goiaba	Melancia	Pêra
Jantar 16:00 às 17:00	FERIADO	Polenta com molho de Carne moída Brócolis cozido Banana	Arroz + Feijão Frango com abóbora Salada de acelga	Sopa de Mandioca com Carne, espinafre e abóbora moranga Banana	Arroz + Feijão + Omelete com cheiro verde e Salada de alface

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)	701	21	21	109	295	3,40	349	70

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

*Silvana Mieza*  
**SILVANA MIEZA**  
CRPPE DE NÍVEL DE HABILITAÇÃO ALIMENTAR  
CRN-3 49279



## CENTRO DE ABASTECIMENTO DA MERENDA ESCOLA

CARDÁPIO 28 DE OUTUBRO À 01 DE NOVEMBRO DE 2024 BERÇÁRIO I (7 a 11 meses)

3 REFEIÇÕES - Consistência pastosa/ amassado

REFEIÇÃO	Segunda-feira 28/10/2024	Terça-feira 29/10/2024	Quarta-feira 30/10/2024	Quinta-feira 31/10/2024	Sexta-feira 01/11/2024
Lanche Manhã 07:00 ÀS 08:00	FERIADO	Leite materno ou fórmula infantil  mamão	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Maçã cozida	Leite materno ou fórmula infantil
Almoço 10:00 ÀS 11:00	FERIADO	Papa de arroz + Feijão  Carne cozida com Abobrinha  Abacaxi pedaços pequenos	Papa de arroz + Feijão + Ovo com batata,  Berinjela refogada  Maçã cozida	Papa de arroz + Feijão Frango e cenoura  Espinafre refogado  Manga pedaços pequenos	Papa de arroz +Feijão Peixe com tomate e pimentão  cenoura refogada  Banana
Lanche da tarde 13:00 às 14:00	FERIADO	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  Banana	Leite materno ou fórmula infantil	Leite materno ou fórmula infantil  goiaba pedaços pequenos
Jantar 16:00 às 17:00	FERIADO	Polenta com molho de Carne moída  Brócolis cozido  Banana	Papa de arroz + Feijão Frango com abóbora  acelga refogada	Sopa de Mandioca com Carne, espinafre e abóbora moranga  Banana	Papa de arroz + Feijão + Omelete com cheiro verde

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)	533	18	21	69	291	5	375	86

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

*Silvana Mieza*  
**SILVANA MIEZA**  
CREPE DE UNIDADE DE NUTRIÇÃO ALIMENTAR  
CRN-3 49279