



Prefeitura Municipal de Tatuí

SECRETARIA MUNICIPAL DA EDUCAÇÃO

Rua Dr. Gualter Nunes, 468 – Jardim Junqueira- Tatuí- SP.-Cep: 18.270-210
Fone: (15)3251.5848 / Fax: (15)3251.4711 e-mail: educacao@tatui.sp.gov.br

Tatuí, 13 de Maio de 2019

Ofício nº 0415/GSME/2019

Assunto: Resposta ao Requerimento nº 863

Prezado Senhor

Em atenção ao Requerimento nº 863 de autoria do Vereador Joaquim Amado Quevedo, cumpre-nos informar o que segue:

Os cardápios, em número de oito, de acordo com o seguimento em que o aluno se encontra matriculado e a sua necessidade calórico-proteica são disponibilizados no site da Prefeitura Municipal de Tatuí.

Conforme solicitação, seguem anexos a este os cardápios do mês de Maio.

Sendo o que nos cumpre informar, reiteramos a V. Sª os nossos protestos de estima e consideração.


Prof. Miguel Lopes Cardoso Junior
Secretário Municipal da Educação

Ilmo Sr.

Dr. Renato Pereira de Camargo

DD. Secretário de Negócios Jurídicos

Prefeitura Municipal

Tatuí/SP

CARDÁPIO 1

CRECHE - CRIANÇAS 04 A 06 MESES
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR
 Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 29/04/2019	Terça-Feira 30/04/2019	Quarta-Feira 01/05/2019	Quinta-Feira 02/05/2019	Sexta-Feira 03/05/2019
DESJEJUM	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)		MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)
COLAÇÃO	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MAÇÃ COM LARANJA		SUCO DE LIMÃO	SUCO DE ABACAXI COM COUVE
ALMOÇO	PAPA DE BATATA, TOMATE, COUVE E CARNE MOIDA	PAPA DE MANDIOQUINHA, CHUCHU, ABÓBORA PAULISTA E FRANGO	FERIADO	PAPA DE INHAME, TOMATE, ABOBREINHA E CARNE MOIDA	PAPA DE CARÁ, CHUCHU, CENOURA RALADA E FRANGO
LANCHE	MAMADEIRA COM MAMÃO	MAMADEIRA COM MAÇÃ		MAMADEIRA COM BANANA	MAMADEIRA COM MAMÃO E MAÇÃ
JANTAR	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina Martins
 Nutricionista
 CRNL 36.857

CARDÁPIO 1

CRECHE - CRIANÇAS DA A 06 MESES

DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 06/05/2019	Terça-Feira 07/05/2019	Quarta-Feira 08/05/2019	Quinta-Feira 09/05/2019	Sexta-Feira 10/05/2019
DESJEJUM	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)
COLAÇÃO	SUCO DE LARANJA COM MAMÃO	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MAÇÃ COM LIMÃO	SUCO DE MARACUJÁ	SUCO DE LARANJA
ALMOÇO	PAPA DE BATATA, CENOURA, TOMATE E CARNEMOÍDA	PAPA DE CARÁ, ABÓBORA PAULISTA, REPOLHO E FRANGO	PAPA DE ABÓBORA MORANGA, CENOURA, TOMATE E CARNE MOÍDA	PAPA DE MANDIOCA, BETERRABA, VAGEM E FRANGO	PAPA DE INHAME, MANDIOQUINHA, BRÓCOLIS E CARNE MOÍDA
LANCHE	MAMADEIRA COM MAÇÃ	MAMADEIRA COM ABACATE	MAMADEIRA COM BANANA	MAMADEIRA COM MAMÃO	MAMADEIRA COM MAÇÃ E BANANA
JANTAR	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Santos
Nutricionista
CRN - 36.857

CARDÁPIO 1

CRECHE - CRIANÇAS 04 A 06 MESES
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucumdiva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 13/05/2019	Terça-Feira 14/05/2019	Quarta-Feira 15/05/2019	Quinta-Feira 16/05/2019	Sexta-Feira 17/05/2019
DESJEJUM	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)
COLAÇÃO	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	SUCO DE LIMÃO	SUCO DE ABACAXI	SUCO DE MARACUJÁ
ALMOÇO	PAPA DE BATATA, CENOURA, COUVE-FLOR E CARNE MOIDA	PAPA DE MANDIOCA, BERINJELA, TOMATE E FRANGO	PAPA DE INHAME, CHUCHU, BRÓCOLIS E FRANGO	PAPA DE CARÁ, CENOURA, ESCAROLA E CARNE MOIDA	PAPA DE ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA, COUVE-FRANGO
LANCHE	MAMADEIRA COM MAMÃO	MAMADEIRA COM MAÇÃ E BANANA	MAMADEIRA COM BANANA	MAMADEIRA COM ABACATE	MAMADEIRA COM MAÇÃ
JANTAR	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	

Cardápio sujeito a alterações

Priscila Cristina C. Moutinho
Nutricionista
 CRN - 36.857

CARDÁPIO 1

CRECHE - CRIANÇAS DE 4 A 06 MESES
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 20/05/2019	Terça-Feira 21/05/2019	Quarta-Feira 22/05/2019	Quinta-Feira 23/05/2019	Sexta-feira 24/05/2019
DESJEJUM	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)
COLAÇÃO	SUCO DE LARANJA	SUCO DE MAÇÃ COM LIMÃO	SUCO DE ABACAXI	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA
ALMOÇO	PAPA DE CARÁ, CHUCHU, TOMATE E FRANGO	PAPA DE INHAME, ABÓBORA MORANGA, ACELGA E CARNE MOÍDA	PAPA DE MANDIOQUINHA, TOMATE E CENOURA E FRANGO	PAPA DE INHAME, CENOURA RALADA, VAGEM E CARNE MOÍDA	PAPA DE ABÓBORA PAULISTA, ABOBRINHA, COUVE E CARNE MOÍDA
LANCHE	MAMADEIRA COM ABACATE	MAMADEIRA COM MAMÃO E BANANA	MAMADEIRA COM BANANA	MAMADEIRA COM MAÇÃ	MAMADEIRA COM MAMÃO
JANTAR	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)

Cardápio sujeito à alterações


Priscila Cristina C. Martins
 Nutricionista

CARDÁPIO 1

CRECHE - CRIANÇAS 04 A 06 MESES
DESEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR

Referências Nutricionais: Toco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 27/05/2019	Terça-Feira 28/05/2019	Quarta-Feira 29/05/2019	Quinta-Feira 30/05/2019	Sexta-Feira 31/05/2019
DESEJUM	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)
COLAÇÃO	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE LIMÃO	SUCO DE MARACUJÁ	SUCO DE LARANJA COM CENOURA	SUCO DE ABACAXI COM COUVE
ALMOÇO	PAPA DE BATATA, CENOURA, TOMATE E FRANGO	PAPA DE CARÁ, ABÓBORA PAULISTA, COUVE-FLORE FRANGO	PAPA DE BATATA, CENOURA RALADA, COUVE E CARNE MOÍDA	PAPA DE ABO BORA MORANGA, ABOBRINHA, REPOLHO E FRANGO	PAPA DE BATATA-DOCE, CHUCHU, BRÓCOLIS E CARNE MOÍDA
LANCHE	MAMADEIRA COM MAÇÃ	MAMADEIRA COM ABACATE	MAMADEIRA COM MAMÃO	MAMADEIRA COM BANANA	MAMADEIRA COM MAÇÃ
JANTAR	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Martins
 Nutricionista
 CRN - 36.857

CARDÁPIO 2

CRECHE - CRIANÇAS 07 A 12 MESES
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucundava 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 29/04/2019	Terça-Feira 30/04/2019	Quarta-Feira 01/05/2019	Quinta-Feira 02/05/2019	Sexta-feira 03/05/2019					
DESJEJUM	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)		MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)					
COLAÇÃO	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MAÇÃ COM LARANJA		SUCO DE LIMÃO	SUCO DE ABACAXI COM COUVE					
ALMOÇO	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, ERVILHA, CARÁ, CHUCHUE CENOURA RALADA	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, ERVILHA, INHAME, TOMATE E ABOBRINHA	FERIADO	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO ERVILHA, MANDIOQUINHA, CHUCHUE ABOBORA PAULISTA	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, FEIJÃO, BATATA, TOMATE E COUVE					
LANCHE	MAMADEIRA COM MAMÃO E MAÇÃ	MAMADEIRA COM BANANA		MAMADEIRA COM MAÇÃ	MAMADEIRA COM MAMÃO					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, INHAME, TOMATE E ABOBRINHA	CREME DE MANDIOCA (purê de mandioca, carne moída, cará, chuchu, e cenoura ralada)		CALDO VERDE (purê de batata, frango coque, tomate e cenoura ralada)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, MANDIOQUINHA, CHUCHU E ABOBORA PAULISTA					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Vitaminas		Minerais					
			Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
536.87	78.87	3.85	72.54	20.00	3.85	74.18	423.71	57.11	10.49	2.15

Cardápio sujeito a alterações

Priscila Cristina C. Martins
 Nutricionista
 CRN - 36.857

CARDÁPIO 2
CRECHE - CRIANÇAS DE 12 MESES
DEJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR
 Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 06/05/2019	Terça-Feira 07/05/2019	Quarta-Feira 08/05/2019	Quinta-Feira 09/05/2019	Sexta-Feira 10/05/2019	
DEJEJUM	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	
COLAÇÃO	SUCO DE LARANJA COM MAMÃO	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MAÇÃ COM LIMÃO	SUCO DE MARACUJÁ	SUCO DE LARANJA	
ALMOÇO	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, ERVILHA, BATATA, CENOURA E TOMATE	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, FEIJÃO, CARÁ, ABÓBORA PAULISTA E REFOLHO	SOPA DE MACARRÃO COM CARNEMOÍDA, ERVILHA, ABÓBORA MORANGA, CENOURA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, FEIJÃO, MANDIOCA, BETERRABA E VAGEM	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, ERVILHA, INHAME, MANDIOQUINHA E BRÓCOLIS	
LANCHE	MAMADEIRA COM MAÇÃ	MAMADEIRA COM ABACATE	MAMADEIRA COM BANANA	MAMADEIRA COM MAMÃO	MAMADEIRA COM MAÇÃ E BANANA	
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, CARÁ, ABÓBORA PAULISTA E REFOLHO	CANJA DE GALINHA (arroz, frango, batata, cenoura e tomate)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, INHAME, MANDIOQUINHA E BRÓCOLIS	CREME DE ABÓBORA (purê de abóbora moranga, frango desfiado, abóbora paulista, cenoura e tomate)	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, BETERRABA E VAGEM	
Informação nutricional (média semanal)						
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Minerais	
	73,75	4,41	23,00	19,88	A (RE)	Ca (mg)
					Mg (mg)	Fe (mg)
					74,61	10,51
					425,43	2,16
					57,41	

Cardápio sujeito a alterações

Priscila Cristina C. Martins
 Nutricionista
 CRN - 36.857

CARDÁPIO 2

CRECHE - CRIANÇAS 07 A 12 MESES
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR
 Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 13/05/2019	Terça-Feira 14/05/2019	Quarta-Feira 15/05/2019	Quinta-Feira 16/05/2019	Sexta-Feira 17/05/2019					
DESJEJUM	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)					
COLAÇÃO	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	SUCO DE LIMÃO	SUCO DE ABACAXI	SUCO DE MARACUJÁ					
ALMOÇO	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOIDA, FEIJÃO, BATATA, CENOURA E COUVE-FLORES	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, ERVILHA, MANDIOCA, BERINJELA E TOMATE	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, FEIJÃO, INHAME, CHUCHUE BRÓCOLIS	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOIDA, FEIJÃO, CARÁ, CENOURA E ESCAROLA	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, ERVILHA, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E COUVE					
LANCHE	MAMADEIRA COM MAMÃO	MAMADEIRA COM MAÇÃ E BANANA	MAMADEIRA COM BANANA	MAMADEIRA COM ABACATE	MAMADEIRA COM MAÇÃ					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOIDA, MANDIOCA, BERINJELA E TOMATE	CREME MIX DE LEGUMES (batata, couve-flor, chuchu, cenoura e frango)	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E COUVE	CREME DE INHAME (purê de inhame; carne moída, chuchu, brócolis e abobrinha)	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CARÁ, CENOURA E ESCAROLA					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina		Minerais			
	73.15	5.53	23.43	19.56	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
546.64					818.88	81.23	428.84	58.08	10.49	2.10

Cardápio sujeito a alterações

Priscila Cristina C. Martins
 Nutricionista
 CRN - 36.857

CARDÁPIO 2

CRECHE - CRIANÇAS 07 A 12 MESES
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR
 Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 20/05/2019	Terça-Feira 21/05/2019	Quarta-Feira 22/05/2019	Quinta-Feira 23/05/2019	Sexta-Feira 24/05/2019		
DESJEJUM	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)		
COLAÇÃO	SUCO DE LARANJA	SUCO DE MAÇÃ COM LIMÃO	SUCO DE ABACAXI	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA		
ALMOÇO	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, ERVILHA, CARÁ, CHUCHUE TOMATE	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, FEIJÃO, INHAME, ABÓBORA MORANGA E ACELGA	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, ERVILHA, MANDIOQUINHA, TOMATE E CENOURA	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, ERVILHA, INHAME, CENOURA RALADA E VAGEM	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, FEIJÃO, ABÓBORA PAULISTA, ABOBRINHA E COUVE		
LANCHE	MAMADEIRA COM ABACATE	MAMADEIRA COM MAMÃO E BANANA	MAMADEIRA COM BANANA	MAMADEIRA COM MAÇÃ	MAMADEIRA COM MAMÃO		
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, INHAME, ABÓBORA MORANGA E ACELGA	CREME DE BATATA-DOCE (purê de batata doce, carne moída, cará, chuchu e tomate)	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, ABOBRINHA E COUVE	CREME DE MANDIOQUINHA (purê de mandioquinha, frango, batata, tomate e cenoura)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, INHAME, CENOURA RALADA E VAGEM		
Informação nutricional (média semanal)							
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina		
	73.10	4.96	22.72	19.43	A (RE)	769.95	
				C (mg)		Minerais	
				78.74	Ca (mg)	419.56	Mg (mg)
					Fe (mg)	10.18	Zn (mg)
							2.15

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Martins
 Nutricionista
 CRN - 36.857

CARDÁPIO 2

CRECHE - CRIANÇAS 07 A 12 MESES
DESJEJUM, COLAÇÃO, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR

Referências Nutricionais: Toco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucundava 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 27/05/2019	Terça-Feira 28/05/2019	Quarta-Feira 29/05/2019	Quinta-Feira 30/05/2019	Sexta-Feira 31/05/2019
DESJEJUM	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)	MAMADEIRA (LEITE FORTIFICADO)
COLAÇÃO	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE LIMÃO	SUCO DE MARACUJÁ	SUCO DE LARANJA COM CENOURA	SUCO DE ABACAXI COM COUVE
ALMOÇO	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, FEIJÃO, BATATA, CENOURA E TOMATE	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, ERVILHA, CARÁ, ABÓBORA PAULISTA E COUVE-FLORES	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, ERVILHA, BATATA, CENOURA RALADA E COUVE	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, FEIJÃO, ABÓBORA MORANGA, ABOBRINHA E REFOLHO	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, FEIJÃO, BATATA-DOCE, CHUCHU E BRÓCOLIS
LANCHE	MAMADEIRA COM MAÇÃ	MAMADEIRA COM ABACATE	MAMADEIRA COM MAMÃO	MAMADEIRA COM BANANA	MAMADEIRA COM MAÇÃ
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, ABÓBORA PAULISTA E COUVE-FLORES	CANJA DE GALINHA (arroz, frango, batata, cenoura e tomate)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, BATATA-DOCE, CHUCHU E BRÓCOLIS	CALDO VERDE (purê de batata, frango cozido, tomate e cenoura ralada)	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA MORANGA, ABOBRINHA E REFOLHO
Informação nutricional (média semanal)					
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas	
	73.10	23.50	19.92	A (RE)	808.67
				Minerais	
				Ca (mg)	424.08
				Mg (mg)	54.43
				Fe (mg)	10.46
				Zn (mg)	2.13

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

CARDÁPIO 3
CRECHE - CRIANÇAS 01 A 03 ANOS
DESJEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR
 Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucundava 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 29/04/2019	Terça-Feira 30/04/2019	Quarta-Feira 01/05/2019	Quinta-Feira 02/05/2019	Sexta-Feira 03/05/2019	
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL	
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNEMOÍDA COM ABÓBORA MORANGA E VAGEM MELANCIA	MACARRÃO PENNE AO MOLHO BRANCO (molho branco, frango e cenoura e brocolis) FEIJÃO SALADA DE BETERRABA LARANJA	FERIADO	ARROZ FEIJÃO PEIXE AO MOLHO COM BATATA E ABÓBORA PAULISTA SALADA MIX DE FOLHAS BANANA	RISOTO DE FRANGO (arroz, molho de tomate, frango, cenoura e abobrinha) FEIJÃO MEXERICIA	
LANCHE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	BOLO DE CENOURA COM CALDA DE CHOCOLATE SUCO DE MAÇÃ COM LARANJA		MINGAU DE CHOCOLATE	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mamão)	
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, INHAME, TOMATE E ABOBRINHA	CREME DE MANDIOCA (purê de mandioca, carne moída, cará, chuchu, e cenoura ralada)		CALDO VERDE (purê de batata, frango cozido, tomate e cenoura ralada)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, MANDIOQUINHA, CHUCHU E ABÓBORA PAULISTA	
Informação nutricional (média semanal)						
Energia (kcal)	Proteínas (g)		Vitaminas		Minerais	
	CHÓ (g)	Fibras (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
976,88	145,99	13,40	793,42	115,04	395,66	11,32
	Gorduras Totais (g)				Mg (mg)	Zn (mg)
	24,97				106,03	2,68

Priscila Castanho Martins
 Nutricionista
 CRN - 36.857

Cardápio sujeito a alterações

CARDÁPIO 3
CRECHE - CRIANÇAS 01 A 03 ANOS
DESJEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR
Referências Nutricionais: Toco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 06/05/2019	Terça-Feira 07/05/2019	Quarta-Feira 08/05/2019	Quinta-Feira 09/05/2019	Sexta-Feira 10/05/2019	
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO	
ALMOÇO	MACARRÃO AO MOLHO DE SALSICHA COM ABÓBORA PAULISTA E CRUCHU FEIJÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CARÁ E TOMATE SALADA DE REPOLHO MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (carne cubos, mandioca e cenoura) MAÇÃ	ARROZ Á GREGA (arroz, vagem, cenoura e pimentão vermelho) FRANGO COM INHAME E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE GELATINA DE CEREJA	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída, tomate e abobrinha) MEXERICÁ	
LANCHE	PAVÊ DE CHOCOLATE	CANJICA	BOLO DE LARANJA SUCO DE MAÇÃ COM LIMÃO	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e melancia)	TORTA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e tomate) SUCO DE LARANJA	
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, CARÁ, ABÓBORA PAULISTA E REPOLHO	CANJA DE GALINHA (arroz, frango, batata, cenoura e tomate)	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, INHAME, MANDIOQUINHA E BRÓCOLIS	CREME DE ABÓBORA (purê de abóbora moranga, frango desfiado, abóbora paulista, cenoura e tomate)	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, MANDIOCA, BETERRABA E VAGEM	
Informação nutricional (média semanal)						
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina	
	135,81	13,39	32,47	27,29	A (RE)	908,30
					C (mg)	90,83
					Ca (mg)	372,03
					Mg (mg)	86,00
					Fe (mg)	10,18
					Zn (mg)	2,91
408,86					Minerals	

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

CARDÁPIO 3

**CRECHE - CRIANÇAS 01 A 03 ANOS
DESJEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR**

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 13/05/2019	Terça-Feira 14/05/2019	Quarta-Feira 15/05/2019	Quinta-Feira 16/05/2019	Sexta-Feira 17/05/2019					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE LEITE	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO ROSQUINHA DE CHOCOLATE					
ALMOÇO	ARROZ OMELETE DE FORNO (cenoura ralada e abobrinha) MELANCIA	ARROZ DE FEIJÃO (feijão, pernil íscas, couve e tomate) SALADA DE CENOURA LARANJA	TUTU ARROZ FEIJÃO FÍGADO COM CENOURA E BRÓCOLIS GELATINA DE UVA	MACARRÃO PENNEAO MOLHO ROSIF (molho de tomate com molho branco, frango, abóbora moranga e tomate) FEIJÃO SALADA DE ACELGA MEXERICÁ	ARROZ CARNÊ MOÍDA COM COUVE- FLOR E ABOBRINHA BANANA					
LANCHE	MINGAU DE MORANGO	VITAMINA DE ABACATE BISCOITO CREAM CRACKER	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mexerica)	BOLO DE BETERRABA DE ABACAXI	TORTA DE BANANA DE MARACUJÁ					
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM CARNÊ MOÍDA, MANDIOCA, BERINJELA E TOMATE	CREME MIX DE LEGUMES (batata, couve-flor, chuchu, cenoura e frango)	SOPA DE FUBÁ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, BETERRABA E COUVE	CREME DE INHAME (purê de inhame, carne moída, chuchu, brócolis e abobrinha)	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, CARÁ, CENOURA E ESCAROLA					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHÓ (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas			Minerais		
					A (RE)	C (mg)	E (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)
942,28	141,85	13,69	33,67	27,95	1.247,07	86,88	362,86	97,63	10,56	2,47

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

CARDÁPIO 3

**CRECHE - CRIANÇAS DE 1 A 3 ANOS
DESJEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR**

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 20/05/2019	Terça-Feira 21/05/2019	Quarta-Feira 22/05/2019	Quinta-Feira 23/05/2019	Sexta-Feira 24/05/2019
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO DE COCO
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO LINGUIÇA COM ABOBRINHA E PIMENTÃO VERMELHO LARANJA	ARROZ VERDE (arroz, brócolis e cheiro verde) FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA- DOCE E CENOURA SALADA DE PEPINO MAÇÃ	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO COM CHUCHU E BETERRABA FEIJÃO MEXERICÁ	ARROZ FEIJÃO ESCONDIDINHO DE CARNE (purê de batata, carne moída com cenoura ralada e ervilha) SALADA DE TOMATE BANANA	ARROZ FRANGO COM MANDIOQUINHA E TOMATE GELATINA DE FRAMBOESA
LANCHE	ARROZ DOCE	BOLO COLORIDO SUÇO DE MAÇÃ COM LIMÃO	PAVÊ DE MORANGO	SANDUÍCHE NATURAL (pão integral, frango desfiado, cenoura ralada e alface) SUÇO DE MELANCIA	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e mamão)
JANTAR	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, INHAME, ABÓBORA MORANGA E ACELGA	CALDO DE FEIJÃO (caldo de feijão, carne moída, batata, cenoura, mandioquinha e couve)	SOPA DE ARROZ COM FRANGO, ABÓBORA PAULISTA, ABOBRINHA E COUVÉ	CREME DE MANDIOQUINHA (purê de mandioquinha, frango, batata, tomate e cenoura)	SOPA DE FEIJÃO COM CARNE MOÍDA, INHAME, CENOURA RALADA E VAGEM
Informação nutricional (média semanal)					
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Vitaminas		Minerais
	Fibras (g)	Gorduras Totais (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)
935,21	144,00	34,15	669,15	89,23	92,48
	13,38	26,28			10,05
					Zn (mg)
					2,65

Cardápio sujeito à alterações

Priscila Cristina Martins
Nutricionista
C.R.N - 36.857

CARDÁPIO 3

**CRECHE - CRIANÇAS 01 A 03 ANOS
DESTEJUM, ALMOÇO, LANCHE e JANTAR**

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 27/05/2019	Terça-Feira 28/05/2019	Quarta-Feira 29/05/2019	Quinta-Feira 30/05/2019	Sexta-Feira 31/05/2019					
DESTEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO MARIA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM CHUCHU E CENOURA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO (molho branco, frango, tomate e abóbora paulista) SALADA DE REPOLHO GELTINA DE MORANGO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BRÓCOLIS BANANA E TOMATE	ARROZ FEIJÃO CUSCUIZ DE FRANGO (farinha de milho, frango, tomate e cenoura) SALADA DE CHUCHU LARANJA	ARROZ POLENTA À BOLONHESA (molho de tomate, carne moída, mandioquinha e chuchu) FEIJÃO MEXERICÁ					
LANCHE	LEITE COM FLOCOS DE MILHO	FUJIM DE BAUNILHA	SUCO DE MARACUJÁ BISCOITO MAISENA	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã, laranja e melancia)	BOLO PÃO DE LÓ DE CHOCOLATE COM COBERTURA DE DOCE DE LEITE CREMOSO SUCO DE ABACAXI COM COUVE					
JANTAR	SOPA DE FUBÁ COM CARNE MOÍDA, CARÁ, ABÓBORA PAULISTA E COUVE-FLORES	CANJA DE GALINHA (arroz, frango, batata, cenoura e tomate)	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, BATATA-DOCE, CHUCHU E BRÓCOLIS	CALDO VERDE (purê de batata, frango coze, tomate e cenoura ralada)	SOPA DE ARROZ COM CARNE MOÍDA, ABÓBORA MORANGA, ABOBRINHA E REPOLHO					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas			Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
951,37	146,13	13,82	32,29	27,50	690,95	87,40	355,61	96,87	10,91	3,01

Cardápio sujeito a alterações

Priscila Casimiro Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

**CARDÁPIO 4
DESJEJUM**

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 29/04/2019	Terça-Feira 30/04/2019	Quarta-Feira 01/05/2019	Quinta-Feira 02/05/2019	Sexta-feira 03/05/2019					
DESJEJUM	BEBIDA LÁCTEA BAUNILHA BISCOITO MAISENA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	FERIADO	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	IOGURTE BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
295,8	44,59	0,86	8,08	8,83	97,79	6,54	163,10	0,00	2,58	0,00
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 06/05/2019	Terça-Feira 07/05/2019	Quarta-Feira 08/05/2019	Quinta-Feira 09/05/2019	Sexta-feira 10/05/2019					
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	BEBIDA LÁCTEA DE COCO PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA DE CAFÉ COM PÃO LEITE COM MARGARINA	IOGURTE BISCOITO COCO					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
284,48	43,71	1,17	7,72	8,23	82,73	5,23	154,53	0,00	1,95	0,00

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 13/05/2019	Terça-Feira 14/05/2019	Quarta-Feira 15/05/2019	Quinta-Feira 16/05/2019	Sexta-feira 17/05/2019
DESJEJUM	BEBIDA LÁCTEA SALADA DE FRUTAS BISCOITO LEITE	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA BAUNILHA PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	IOGURTE BISCOITO ROSQUINHA CHOCOLATE
Informação nutricional (média semanal)					
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas	
	Fibras (g)			Minerais	
277,17	42,13	7,71	8,04	A (RE)	Ca (mg)
	1,16			103,41	167,29
				6,54	0
					2,6
					0

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 20/05/2019	Terça-Feira 21/05/2019	Quarta-Feira 22/05/2019	Quinta-Feira 23/05/2019	Sexta-feira 24/05/2019
DESJEJUM	LEITE COM ACHOCOLATADO BISCOITO CREAM CRACKER	BEBIDA LÁCTEA CAFÉ COM LEITE PÃO COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA MORANGO PÃO COM MARGARINA	IOGURTE COCO BISCOITO
Informação nutricional (média semanal)					
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas	
	Fibras (g)			Minerais	
283,2	43,66	7,96	7,93	A (RE)	Ca (mg)
	1,17			82,73	156,73
				5,23	0,00
					2,07
					0,00

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 27/05/2019	Terça-Feira 28/05/2019	Quarta-Feira 29/05/2019	Quinta-Feira 30/05/2019	Sexta-feira 31/05/2019
DESJEJUM	BEBIDA LÁCTEA COCO BISCOITO MARIA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	BEBIDA LÁCTEA BAUNILHA PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM ACHOCOLATADO PÃO COM MARGARINA	IOGURTE BISCOITO CREAM CRACKER INTEGRAL
Informação nutricional (média semanal)					
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas	
	Fibras (g)			Minerais	
282,27	43,15	7,65	8,33	A (RE)	Ca (mg)
	1,20			62,73	154,53
				5,23	0,00
					2,08
					0,00

CARDÁPIO 5
ENSINO FUNDAMENTAL
ALMOÇO MANHÃ/TARDE
Referências Nutricionais: Toco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucundura 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 29/04/2019	Terça-Feira 30/04/2019	Quarta-Feira 01/05/2019	Quinta-Feira 02/05/2019	Sexta-Feira 03/05/2019					
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM ABÓBORA MORANGA E VAGEM SALADA DE PEPIÑO	MACARRÃO PENNE AO MOLHO BRANCO (molho branco, frango e cenoura e beterraba) SALADA DE BETERRABA LARANJA	FERIADO	ARROZ PEIXE AO MOLHO COM BATATA E ABÓBORA PAULISTA SALADA MIX DE FOLHAS	RISOTO DE FRANGO (arroz, molho de tomate, frango, cenoura e abobrinha) FEIJÃO SALADA DE VAGEM MEXERICÁ					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina A (RE)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
392,3	66,75	6,59	16,32	9,25	536,78	48,34	82,92	63,64	4,09	1,72
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 06/05/2019	Terça-Feira 07/05/2019	Quarta-Feira 08/05/2019	Quinta-Feira 09/05/2019	Sexta-Feira 10/05/2019					
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	MACARRÃO AO MOLHO DE SALSICHA COM ABÓBORA PAULISTA E CHUCHU SALADA DE ACELGA MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CARÁ E TOMATE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (carne cubos, mandioca e cenoura)	ARROZ À GREGA (arroz, vagem, cenoura e pimentão vermelho) E FRANGO COM INHAME E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída, tomate e abobrinha) SALADA DE COUVE MAÇÃ					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina A (RE)	Vitamina C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
397,03	62,13	6,66	15,89	9,95	544,26	39,09	79,33	68,97	4,41	2,18

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 13/05/2019	Terça-Feira 14/05/2019	Quarta-Feira 15/05/2019	Quinta-Feira 16/05/2019	Sexta-Feira 17/05/2019
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA RALADA E ABOBRINHA SALADA DE CHUCHU	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (foijão, pernil iscas, couve e tomate) SALADA DE CENOURA MEXERICÁ	ARROZ FEIJÃO FÍGADO COM CENOURA E BRÓCOLIS	MACARRÃO PENNE AO MOLHO ROSÉ (molho de tomate com molho branco, frango, abobora moranga e tomate) SALADA DE ACELGA BANANA	ARROZ CARNEMOÍDA COM COUVE- FLOR E ABOBRINHA SALADA DE ALFACE COM TOMATE
Informação nutricional (média semanal)					
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina	
427,62	70,05	7,76	9,33	A (RE)	C (mg)
				1.274,31	33,57
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 20/05/2019	Terça-Feira 21/05/2019	Quarta-Feira 22/05/2019	Quinta-Feira 23/05/2019	Sexta-Feira 24/05/2019
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	ARROZ FEIJÃO LINGUIÇA COM ABOBRINHA E PIMENTÃO VERMELHO LARANJA	ARROZ VERDE (arroz, brócolis e cheiro verde) FEIJÃO CARNEMOÍDA COM BATATA- DOCE E CENOURA SALADA DE PEPIÑO	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO COM CHUCHU E BETERRABA SALADA DE ABOBRINHA MEXERICÁ	ARROZ CARNEMOÍDA COM CENOURA RALADA E ERVILHA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO FRANGOCOM MANDIOQUINHA E TOMATE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA
Informação nutricional (média semanal)					
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina	
383,89	62,28	6,89	9,91	A (RE)	C (mg)
				428,95	49,72
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 27/05/2019	Terça-Feira 28/05/2019	Quarta-Feira 29/05/2019	Quinta-Feira 30/05/2019	Sexta-Feira 31/05/2019
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM CHUCHU E CENOURA SALADA DE PEPIÑO	ARROZ STROGONOFF DE FRANGO (molho branco, frango, tomate e abobora paulista) SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARNEMOÍDA COM BRÓCOLIS E TOMATE BANANA	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ DE FRANGO (farinha de milho, frango, tomate e cenoura) SALADA DE CHUCHU	ARROZ POLENTA À BOLONESA (molho de toamto, carne moída, mandioquinha e chuchu) SALADA DE ALFACE COM BETERRABA MAÇÃ
Informação nutricional (média semanal)					
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina	
437,23	72,15	7,46	10,07	A (RE)	C (mg)
				482,23	22,15
Informação nutricional (média semanal)					
Minerals					
				Ca (mg)	Mg (mg)
				88,83	77,45
				Fe (mg)	Zn (mg)
				4,91	2,00
Minerals					
				Ca (mg)	Mg (mg)
				61,88	65,45
				Fe (mg)	Zn (mg)
				3,89	1,89
Minerals					
				Ca (mg)	Mg (mg)
				69,11	71,75
				Fe (mg)	Zn (mg)
				4,52	1,94

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

CARDÁPIO 6
ENSINO MÉDIO E EJA
JANTAR

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucunduva 4ª edição 2013.

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 29/04/2019	Terça-Feira 30/04/2019	Quarta-Feira 01/05/2019	Quinta-Feira 02/05/2019	Sexta-feira 03/05/2019					
	JANTAR	ARROZ FEIJÃO CARNEMOÍDA COM ABÓBORA MORANGA E VAGEM SALADA DE PEPINO	MACARRÃO PENNE AO MOLHO BRANCO (molho branco, frango e cenoura e brócolis) SALADA DE BETERRABA LARANJA	FERIADO	ARROZ PEIXE AO MOLHO COM BATAIA E ABÓBORA PAULISTA SALADA MIX DE FOLHAS.	RISOTO DE FRANGO (arroz, molho de tomate, frango, cenoura e abobrinha) FEIJÃO SALADA DE VAGEM MEXERICÁ				
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina		Minerals			
	84,26	6,96	19,12	12,50	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
518,11					448,68	51,38	90,80	77,54	5,09	2,08
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 06/05/2019	Terça-Feira 07/05/2019	Quarta-Feira 08/05/2019	Quinta-Feira 09/05/2019	Sexta-feira 10/05/2019					
JANTAR	MACARRÃO AO MOLHO DE SALSICHA COM ABÓBORA PAULISTA E CHUCHU SALADA DE REPOLHO MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNEMOÍDA COM CARÁ E TOMATE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARNEMOÍDA (carne cubos, mandioca e cenoura)	ARROZ À GREGA (arroz, vagem, cenoura e pimentão vermelho) FRANGO COM INHAME E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO O MEXICANO (feijão, carne moída, tomate e abobrinha) SALADA DE COUVE MAÇÃ					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitamina		Minerals			
	81,38	7,05	19,01	16,17	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
540,89					414,87	33,78	81,47	77,21	5,38	2,70

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

	Segunda-Feira 13/05/2019	Terça-Feira 14/05/2019	Quarta-Feira 15/05/2019	Quinta-Feira 16/05/2019	Sexta-Feira 17/05/2019			
REFEIÇÃO								
JANTAR	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA RALADA E ABOBRINHA SALADA DE CHUCHU	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (feijão, pernil iscas, couve e tomate) SALADA DE CENOURA MEXERICANA	ARROZ FEIJÃO FÍGADO COM CENOURA E BRÓCOLIS	MACARRÃO PENNEAO MOLHO ROSÉ (molho de tomate com molho branco, frango, abóbora moranga e tomate) SALADA DE AÇELGA BANANA.	ARROZ CARNE MOÍDA COM COUVE- FLOR E ABOBRINHA SALADA DE ALFACE COM TOMATE			
Informação nutricional (média semanal)								
Energia (kcal)	Proteínas (g)		Vitaminas		Minerais			
	CHO (g)	Fibras (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
516,49	81,82	7,54	1,283,31	44,24	96,20	77,09	5,85	2,22
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 20/05/2019	Terça-Feira 21/05/2019	Quarta-Feira 22/05/2019	Quinta-Feira 23/05/2019	Sexta-Feira 24/05/2019			
JANTAR	ARROZ FEIJÃO LINGUIÇA COM ABOBRINHA E PIMENTÃO VERMELHO LARANJA	ARROZ VERDE (arroz, brócolis e cheiro verde) FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA- DOCE E CENOURA SALADA DE PEPINO	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO COM CHUCHU E BETERRABA SALADA DE ABOBRINHA MEXERICANA	ARROZ CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA E ERVILHA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOQUINHA E TOMATE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA			
Informação nutricional (média semanal)								
Energia (kcal)	Proteínas (g)		Vitaminas		Minerais			
	CHO (g)	Fibras (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
565,06	84,15	7,41	372,53	53,27	73,30	77,27	5,12	2,50
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 27/05/2019	Terça-Feira 28/05/2019	Quarta-Feira 29/05/2019	Quinta-Feira 30/05/2019	Sexta-Feira 31/05/2019			
JANTAR	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM CHUCHU E CENOURA SALADA DE PEPINO	ARROZ STROGONOFF DE FRANGO (molho branco, frango, tomate e abóbora paulista) SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BRÓCOLIS E TOMATE BANANA	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ DE FRANGO (farinha de milho, frango, tomate e cenoura) SALADA DE CHUCHU	ARROZ POLENTA À BOLONHESA (molho de toamte, carne moída, mandioquinha e chucuit) SALADA DE ALFACE COM BETERRABA MAÇÃ			
Informação nutricional (média semanal)								
Energia (kcal)	Proteínas (g)		Vitaminas		Minerais			
	CHO (g)	Fibras (g)	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
604	94,08	7,87	461,98	23,99	78,42	80,11	5,80	2,35

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

CARDÁPIO 7
ENTIDADES, ESCOLAS INTEGRAIS E LOCAIS DIVERSOS
ALMOÇO

Referências Nutricionais: TACO 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucundava 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 29/04/2019	Terça-Feira 30/04/2019	Quarta-Feira 01/05/2019	Quinta-Feira 02/05/2019	Sexta-Feira 03/05/2019					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM ABÓBORA MORANGA E VAGEM LARANJA SALADA DE PEPINO SUCO DE MELANCIA	MACARRÃO PENNE AO MOLHO BRANCO (molho branco, frango e cenoura e brócolis) SALADA DE BETERRABA SUCO DE MELANCIA MAÇÃ COM LARANJA	FERIADO	ARROZ FEIJÃO PEIXE AO MOLHO COM BATATA E ABÓBORA PAULISTA SALADA MIX DE FOLHAS BANANA SUCO DE LIMÃO	RISOTO DE FRANGO (arroz, molho de tomate, frango, cenoura e abobrinha) FEIJÃO SALADA DE VAGEM MEXERICÁ SUCO DE ABACAXI COM COUVE					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
	95,34	10,11	19,79	13,34	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
550,99					969,23	68,27	77,47	95,04	4,54	2,35
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 06/05/2019	Terça-Feira 07/05/2019	Quarta-Feira 08/05/2019	Quinta-Feira 09/05/2019	Sexta-Feira 10/05/2019					
ALMOÇO	MACARRÃO AO MOLHO DE SALSICHA COM ABÓBORA PAULISTA E CHUCHU MELANCIA DE LARANJA COM MAMÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CARÁ E TOMATE SALADA DE REPOLHO MAÇÃ SUCO DE MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (carne cubos, mandioca e cenoura) SALADA DE CHUCHU LARANJA SUCO DE MAÇÃ COM LIMÃO	ARROZ À GREGA (arroz, vagem, cenoura e pimentão vermelho) FEIJÃO FRANGO COM INHAME E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE MEXERICÁ SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ FEIJÃO MEXICANO (feijão, carne moída, tomate e abobrinha) SALADA DE COUVE MAMÃO SUCO DE ABACAXI					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
	89,35	9,67	20,38	13,80	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
558,72					542,86	89,44	99,72	93,74	5,47	2,85

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

REFEIÇÃO	13/05/2019	14/05/2019	15/05/2019	16/05/2019	17/05/2019					
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA RALADA E ABOBRINHA LARANJA SALADA DE CHUCHU SUCO DE MELANCIA	ARROZ FEIJÃO TUTU DE FEIJÃO (feijão, pernil iscas, couve e tomate) SALADA DE CENOURA SUCO MEXERICADA DE LARANJA COM BETERRABA	ARROZ FEIJÃO FIGADO COM CENOURA E BROCOLIS DE AÇELGA COM BETERRABA RALADA MAÇÃ SUCO DE LIMÃO	MACARRÃO PENNE AO MOLHO ROSÉ (molho de tomate com molho branco, frango, abóbora moranga e tomate) SALADA DE PEPINO BANANA SUCO DE ABACAXI	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM COUVE- FLOR E ABOBRINHA SALADA DE ALFACE COM TOMATE MELANCIA SUCO DE MARACUJÁ					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
559,37	94,91	10,25	21,14	13,88	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 20/05/2019		Terça-Feira 21/05/2019		Quarta-Feira 22/05/2019		Quinta-Feira 23/05/2019		Sexta-Feira 24/05/2019	
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO LINGUIÇA COM ABOBRINHA E PIMENTÃO VERMELHO SALADA DE ABÓBORA MELANCIA SUCO DE LARANJA COM MAMÃO	ARROZ VERDE (arroz, brócolis e cheiro verde) FEIJÃO CARNE MOIDA COM BATATA- DOCE E CENOURA SALADA DE PEPINO LARANJA SUCO DE MAÇÃ COM LIMÃO	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO COM CHUCHU E BETERRABA SALADA DE ABOBRINHA SUCO MEXERICADA DE ABACAXI	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM CENOURA RALADA E ERVILHA SALADA DE TOMATE MAÇÃ SUCO DE MELANCIA	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOQUINHA E TOMATE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA BANANA					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
551	92,96	9,82	20,97	10,61	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 27/05/2019		Terça-Feira 28/05/2019		Quarta-Feira 29/05/2019		Quinta-Feira 30/05/2019		Sexta-Feira 31/05/2019	
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM CHUCHU E CENOURA SALADA DE PEPINO LARANJA SUCO DE MELANCIA	ARROZ FEIJÃO STROGONOFF DE FRANGO (molho branco, frango, tomate e abóbora paulista) SALADA DE REPOLHO MELANCIA SUCO DE LIMÃO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOIDA COM BRÓCOLIS E TOMATE SALADA DE ESCAROLA BANANA SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ DE FRANGO (farinha de milho, frango, tomate e cenoura) SALADA DE CHUCHU MEXERICADA SUCO DE LARANJA COM CENOURA	ARROZ FEIJÃO POLENTA À BOLONHESA (molho de toaste, carne moída, mandioquinha e chuchu) SALADA DE ALFACE COM BETERRABA MAÇÃ SUCO DE ABACAXI COM COUVE					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
573,33	98,49	10,03	19,74	12,25	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 48.867

**CARDÁPIO 8
PRÉ ESCOLA
ALMOÇO MANHÃ/TARDE**

Referências Nutricionais: Toco 4ª edição 2011 e Tabela de composição de alimentos - Sônia Tucundava 4ª edição 2013

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 29/04/2019		Terça-Feira 30/04/2019		Quarta-Feira 01/05/2019		Quinta-Feira 02/05/2019		Sexta-feira 03/05/2019	
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM ABÓBORA MORANGA E VAGEM SALADA DE PEPIÑO	MACARRÃO PENNE AO MOLHO BRANCO (molho branco, frango e cenoura e brócolis) SALADA DE BETERRABA LARANJA	FERIADO	ARROZ PEIXE AO MOLHO COM BATATA E ABÓBORA PAULISTA SALADA MIX DE FOLHAS	RISOTO DE FRANGO (arroz, abobrinha) FEIJÃO SALADA DE VAGEM MEXERICÁ					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Albúm (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
	49,84	5,50	14,40	7,51	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
319,12					788,64	46,91	80,74	58,07	3,38	1,44
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 06/05/2019		Terça-Feira 07/05/2019		Quarta-Feira 08/05/2019		Quinta-Feira 09/05/2019		Sexta-feira 10/05/2019	
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	MACARRÃO AO MOLHO DE SALSICHA COM ABÓBORA PAULISTA E CHUCHU SALADA DE REPOLHO MELANCIA	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM CARÁ E TOMATE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARNE DE PANELA (carne cubos, mandioca e cenoura)	ARROZ GRECA (arroz, vagem, cenoura e pimentão vermelho) FRANGO COM INFIAME E BRÓCOLIS SALADA DE ALFACE	ARROZ MEXICANO (feijão, carne moída, tomate e abobrinha) SALADA DE COUVE MACÁ					
Informação nutricional (média semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
	45,47	5,09	13,47	9,71	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
318,76					333,66	31,49	61,27	53,96	3,29	1,8

Priscila Cristina C. Martins
Nutricionista
CRN - 36.857

REFEIÇÃO	Segunda-Feira 13/05/2019	Terça-Feira 14/05/2019	Quarta-Feira 15/05/2019	Quinta-Feira 16/05/2019	Sexta-Feira 17/05/2019	
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	ARROZ FEIJÃO OVOS MEXIDOS COM CENOURA RALADA E ABOBRINHA SALADA DE CHUCHU	ARROZ TUTU DE FEIJÃO (feijão, pernil secas, couve e tomate). SALADA DE CENOURA MEXERICANA	ARROZ FEIJÃO FÍGADO COM CENOURA E BRÓCOLIS	MACARRÃO PENNE AO MOLHO ROSE (molho de tomate com molho branco, frango, abóbora moranga e tomate) SALADA DE AÇELGA BANANA	ARROZ CARNE MOÍDA COM COUVE- FLORE E ABOBRINHA SALADA DE ALFACE COM TOMATE	
Informação nutricional (média semanal)						
Energia (kcal)	353,07		353,07		353,07	
	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas	
	53,96	6,36	15,04	9,11	A (RE)	C (mg)
					1.119,37	31,07
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 20/05/2019	Terça-Feira 21/05/2019	Quarta-Feira 22/05/2019	Quinta-Feira 23/05/2019	Sexta-Feira 24/05/2019	
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	ARROZ FEIJÃO LINGUIÇA COM ABOBRINHA E FIMENTO VERMELHO LARANJA	ARROZ VERDE (arroz, brócolis e cheiro verde) FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BATATA- DOCE E CENOURA SALADA DE PEPTINO	MACARRÃO AO MOLHO DE FRANGO COM CHUCHU E BETERRABA SALADA DE ABOBRINHA MEXERICANA	ARROZ CARNE MOÍDA COM CENOURA RALADA E ERVILHA SALADA DE TOMATE	ARROZ FEIJÃO FRANGO COM MANDIOQUINHA E TOMATE SALADA DE REPOLHO COM CENOURA RALADA	
Informação nutricional (média semanal)						
Energia (kcal)	308,52		308,52		308,52	
	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Minerais	
	45,85	5,35	13,70	8,59	Ca (mg)	Mg (mg)
					77,70	65,01
REFEIÇÃO	Segunda-Feira 27/05/2019	Terça-Feira 28/05/2019	Quarta-Feira 29/05/2019	Quinta-Feira 30/05/2019	Sexta-Feira 31/05/2019	
ALMOÇO MANHÃ/TARDE	ARROZ FEIJÃO SALSICHA COM CHUCHU E CENOURA SALADA DE PEPTINO	ARROZ STROGONOFF DE FRANGO (molho branco, frango, tomate e abóbora paulista) SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA COM BRÓCOLIS E TOMATE BANANA	ARROZ FEIJÃO CUSCUZ DE FRANGO (farinha de milho, frango, tomate e cenoura) SALADA DE CHUCHU	ARROZ POLENTA À BOLONHESA (molho de toante, carne moída, mandioquinha e chuchu) SALADA DE ALFACE COM BETERRABA MAÇÃ	
Informação nutricional (média semanal)						
Energia (kcal)	360,14		360,14		360,14	
	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Minerais	
	55,41	5,90	13,43	9,85	Ca (mg)	Mg (mg)
					54,47	54,94
					3,48	3,38
					1,56	1,56

Priscila Cristina Martins
Nutricionista
CRN - 36.857