

| Segunda-Feira | 02/09/2024 | Terça-Feira | 03/09/2024 | Quarta-Feira | 04/09/2024 | Quinta-Feira | 05/09/2024 | Sexta-feira | 06/09/2024 |
|--|------------|---|---------------------|--|------------|------------------------------------|------------|---|------------|
| LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | | IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL | | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO | | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO | | MINGAU DE AVEIA + BANANA | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| 273,93 | 45,00 | 10,00 | 7,00 | 108,94 | 14,79 | 290,00 | 0,68 | 336,74 | |
| Segunda-Feira | 09/09/2024 | Terça-Feira | 10/09/2024 | Quarta-Feira | 11/09/2024 | Quinta-Feira | 12/09/2024 | Sexta-feira | 13/09/2024 |
| LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO DE CENOURA COM MARGARINA | | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO | | MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ | | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA | | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| 266,82 | 41,00 | 11,00 | 7,00 | 131,28 | 14,00 | 301,82 | 0,68 | 336,76 | |
| Segunda-Feira | 16/09/2024 | Terça-feira | 17/09/2024 | Quarta-Feira | 18/09/2024 | 08/02/1900 | 19/09/2024 | Sexta-feira | 20/09/2024 |
| LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL | | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO | | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO | | MINGAU DE AVEIA + BANANA | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| 269,86 | 42,00 | 11,00 | 7,00 | 122,77 | 3,12 | 284,13 | 0,75 | 347,78 | |
| Segunda-Feira | 23/09/2024 | Terça-Feira | 24/09/2024 | Quarta-Feira | 25/09/2024 | Quinta-Feira | 26/09/2024 | Sexta-feira | 27/09/2024 |
| LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA | | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | | MINGAU DE AVEIA + MAMÃO | | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA | | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| 285,47 | 44,00 | 12,00 | 8,00 | 115,04 | 13,17 | 302,22 | 0,74 | 368,25 | |
| Segunda-Feira | 30/09/2024 | Terça-Feira | 01/10/2024 | Quarta-Feira | 02/10/2024 | Quinta-Feira | 03/10/2024 | Sexta-feira | 04/10/2024 |
| LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | | | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| 75,73 | 13,00 | 3,00 | 2,00 | 20,82 | 0,55 | 63,51 | 0,12 | 111,79 | |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO 22 - ENSINO INFANTIL - 04 à 05 ANOS - MERENDA ITU
MERENDA MANHÃ: 9:30 às 9:45h / MERENDA TARDE: 15:00 às 15:30h

| Segunda-Feira | 02/09/2024 | Terça-Feira | 03/09/2024 | Quarta-Feira | 04/09/2024 | Quinta-Feira | 05/09/2024 | Sexta-feira | 06/09/2024 | |
|--|------------|--|------------|---|------------|--|------------|--|------------|--------|
| ARROZ, FRANGO AO MOLHO COM BATATAS, SALADA DE BETERRABA, ABACAXI | | MACARRÃO COM LINGUIÇA, SALADA DE MAIONESE (batata, cenoura, vagem), SUCO DE POLPA DE MANGA | | ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE MOIDA SALADA DE FOLHAS MISTAS (rucula e repolho) BANANA | | PÃO COM PERNIL AO VINAGRETE, SUCO DE TANGERINA | | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, TOMATE E CEBOLA, SALADA DE ACELGA E CHEIRO VERDE MAMÃO | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | | Gorduras Totais (g) | | Vitaminas | | Minerais | | |
| 300,33 | 48,75 | 11,71 | | 9,40 | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | | 1,455,59 | 30,23 | 40,07 | 1,42 | 242,03 |
| Segunda-Feira | 09/09/2024 | Terça-Feira | 10/09/2024 | Quarta-Feira | 11/09/2024 | Quinta-Feira | 12/09/2024 | Sexta-feira | 13/09/2024 | |
| ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE BETERRABA RALADA MAÇÃ | | MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, FAROFA DE LEGUMES (cenoura e abobrinha), SUCO NATURAL DE ABACAXI | | ARROZ COM BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM LEGUMES (batata, abóbora e chuchu), SALADA DE ALFACE COM TOMATE, BANANA | | PÃO COM FRANGO, REQUEIJÃO, CENOURA RALADA E ALFACE, SUCO POLPA DE LARANJA | | ARROZ, LOMBO SUINO AO MOLHO, PURÊ DE BATATAS, SALADA DE REPOLHO COM CENOURA GOIABA | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | | Gorduras Totais (g) | | Vitaminas | | Minerais | | |
| 253,04 | 46,00 | 12,00 | | 4,00 | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | | 120,70 | 10,10 | 30,93 | 0,95 | 144,34 |
| Segunda-Feira | 16/09/2024 | Terça-Feira | 17/09/2024 | Quarta-Feira | 18/09/2024 | Quinta-Feira | 19/09/2024 | Sexta-feira | 20/09/2024 | |
| ARROZ, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, LARANJA | | ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), FAROFA DE COUVE, SALADA DE VINAGRETE SUCO DE MARACUJÁ | | MACARRÃO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES (chuchu, cenoura e vagem), BANANA | | PÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE, CENOURA E CHEIRO-VERDE, SUCO DE GOIABA | | ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM BATATA, TOMATE E ABOBRINHA SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface, repolho e almeirão), ABACAXI | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | | Gorduras Totais (g) | | Vitaminas | | Minerais | | |
| 271,96 | 48,00 | 12,00 | | 4,00 | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | | 101,88 | 25,60 | 39,74 | 1,43 | 153,62 |
| Segunda-Feira | 23/09/2024 | Terça-Feira | 24/09/2024 | Quarta-Feira | 25/09/2024 | Quinta-Feira | 26/09/2024 | Sexta-feira | 27/09/2024 | |
| RISOTO DE FRANGO COM ABOBORA E VAGEM, FEIJÃO SALADA DE REPOLHO COM CHEIRO VERDE MAÇÃ | | POLENTEA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, LEGUMES REFOGADOS (cenoura e chuchu), SUCO POLPA DE ACEROLA | | ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA DE PEPINO COM TOMATE BANANA | | PÃO COM SALSICHA AO MOLHO, SUCO POLPA DE UVA | | ARROZ, LOMBO SUINO, CREME DE MILHO SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE E CEBOLA GOIABA | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | | Gorduras Totais (g) | | Vitaminas | | Minerais | | |
| 282,37 | 47,00 | 11,00 | | 6,00 | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | | 111,11 | 56,72 | 23,99 | 1,34 | 212,42 |
| Segunda-Feira | 30/09/2024 | Terça-Feira | 01/10/2024 | Quarta-Feira | 02/10/2024 | Quinta-Feira | 03/10/2024 | Sexta-feira | 04/10/2024 | |
| ARROZ À GREGA, CARNE ÍSCAS COM ABOBRINHA E BATATA SALADA DE REPOLHO ABACAXI | | | | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | | Gorduras Totais (g) | | Vitaminas | | Minerais | | |
| 72,62 | 14,00 | 3,00 | | 1,00 | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | | 51,63 | 1,85 | 4,65 | 0,24 | 69,54 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO 23 - ENSINO FUNDAMENTAL I - 06 à 11 ANOS - MERENDA ITU
MERENDA MANHÃ: 9:30 às 9:45h / MERENDA TARDE: 15:00 às 15:30h

| Segunda-Feira | 02/09/2024 | Terça-Feira | 03/09/2024 | Quarta-Feira | 04/09/2024 | Quinta-Feira | 05/09/2024 | Sexta-feira | 06/09/2024 | |
|--|------------|--|------------|---|------------|--|------------|--|------------|--------|
| ARROZ, FRANGO AO MOLHO COM BATATAS, SALADA DE BETERRABA, ABACAXI | | MACARRÃO COM LINGUIÇA, SALADA DE MAIONESE (batata, cenoura, vagem), SUCO DE POLPA DE MANGA | | ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE MOIDA SALADA DE FOLHAS MISTAS (rucula e repolho) BANANA | | PÃO COM PERNIL AO VINAGRETE, SUCO DE TANGERINA | | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, TOMATE E CEBOLA, SALADA DE ACELGA E CHEIRO VERDE MAMÃO | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | | Gorduras Totais (g) | | Vitaminas | | Minerais | | |
| 375,80 | 54,47 | 16,60 | | 12,94 | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | 1.472,63 | | | 31,55 | 48,83 | 1,96 | 312,70 |
| Segunda-Feira | 09/09/2024 | Terça-Feira | 10/09/2024 | Quarta-Feira | 11/09/2024 | Quinta-Feira | 12/09/2024 | Sexta-feira | 13/09/2024 | |
| ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE BETERRABA RALADA MAÇÃ | | MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, FAROFA DE LEGUMES (cenoura e abobrinha), SUCO NATURAL DE ABACAXI | | ARROZ COM BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM LEGUMES (batata, abóbora e chuchu), SALADA DE ALFACE COM TOMATE, BANANA | | PÃO COM FRANGO, REQUEIJÃO, CENOURA RALADA E ALFACE, SUCO POLPA DE LARANJA | | ARROZ, LOMBO SUINO AO MOLHO, PURÊ DE BATATAS, SALADA DE REPOLHO COM CENOURA GOIABA | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | | Gorduras Totais (g) | | Vitaminas | | Minerais | | |
| 295,78 | 52,00 | 16,00 | | 5,00 | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | 120,95 | | | 10,91 | 33,98 | 1,19 | 155,02 |
| Segunda-Feira | 16/09/2024 | Terça-Feira | 17/09/2024 | Quarta-Feira | 18/09/2024 | Quinta-Feira | 19/09/2024 | Sexta-feira | 20/09/2024 | |
| ARROZ, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, LARANJA | | ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), FAROFA DE COUVE, SALADA DE VINAGRETE SUCO DE MARACUJÁ | | MACARRÃO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES (chuchu, cenoura e vagem), BANANA | | PÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE, CENOURA E CHEIRO-VERDE, SUCO DE GOIABA | | ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM BATATA, TOMATE E ABOBRINHA SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface, repolho e almeirão), ABACAXI | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | | Gorduras Totais (g) | | Vitaminas | | Minerais | | |
| 323,17 | 54,00 | 16,00 | | 5,00 | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | 103,47 | | | 25,82 | 45,85 | 1,87 | 176,49 |
| Segunda-Feira | 23/09/2024 | Terça-Feira | 24/09/2024 | Quarta-Feira | 25/09/2024 | Quinta-Feira | 26/09/2024 | Sexta-feira | 27/09/2024 | |
| RISOTO DE FRANGO COM ABOBORA E VAGEM, FEIJÃO SALADA DE REPOLHO COM CHEIRO VERDE MAÇÃ | | POLENTEA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, LEGUMES REFOGADOS (cenoura e chuchu), SUCO POLPA DE ACEROLA | | ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA DE PEPINO COM TOMATE BANANA | | PÃO COM SALSICHA AO MOLHO, SUCO POLPA DE UVA | | ARROZ, LOMBO SUINO, CREME DE MILHO SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE E CEBOLA GOIABA | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | | Gorduras Totais (g) | | Vitaminas | | Minerais | | |
| 315,46 | 52,00 | 14,00 | | 6,00 | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | 111,86 | | | 56,74 | 26,96 | 1,61 | 219,54 |
| Segunda-Feira | 30/09/2024 | Terça-Feira | 01/10/2024 | Quarta-Feira | 02/10/2024 | Quinta-Feira | 03/10/2024 | Sexta-feira | 04/10/2024 | |
| ARROZ À GREGA, CARNE ÍSCAS COM ABOBRINHA E BATATA SALADA DE REPOLHO ABACAXI | | | | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | | Gorduras Totais (g) | | Vitaminas | | Minerais | | |
| 78,86 | 14,00 | 3,00 | | 1,00 | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | 51,67 | | | 1,85 | 4,76 | 0,28 | 70,53 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO 24 - EJA 18 à 60 anos - MERENDA ITU

MERENDA MANHÃ: 9:30h / MERENDA TARDE: 15:00h / MERENDA NOITE: 20:30h

| Segunda-Feira | 02/09/2024 | Terça-Feira | 03/09/2024 | Quarta-Feira | 04/09/2024 | Quinta-Feira | 05/09/2024 | Sexta-feira | 06/09/2024 |
|--|------------|---|---------------------|---|------------|--|------------|---|------------|
| ARROZ, FRANGO AO MOLHO COM BATATAS, SALADA DE BETERRABA, ABACAXI | | MACARRÃO COM LINGUIÇA, SALADA DE MAIONESE (batata, cenoura, vagem), SUCO DE POLPA DE MANGA | | ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE MOIDA SALADA DE FOLHAS MISTAS (rucula e repolho) BANANA | | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, TOMATE E CEBOLA, SALADA DE ACELGA E CHEIRO VERDE MAMÃO | | PÃO COM PERNIL AO VINAGRETE, SUCO DE TANGERINA | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| 420,82 | 62,60 | 18,78 | 13,29 | 1,474,27 | 33,74 | 52,85 | 2,25 | 316,24 | |
| Segunda-Feira | 09/09/2024 | Terça-Feira | 10/09/2024 | Quarta-Feira | 11/09/2024 | Quinta-Feira | 12/09/2024 | Sexta-feira | 13/09/2024 |
| ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE BETERRABA RALADA MAÇÃ | | MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, FAROFA DE LEGUMES (cenoura e abobrinha), SUCO NATURAL DE ABACAXI | | ARROZ COM BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM LEGUMES (batata, abóbora e chuchu), SALADA DE ALFACE COM TOMATE, BANANA | | ARROZ, LOMBO SUINO AO MOLHO, PURÊ DE BATATAS, SALADA DE REPOLHO COM CENOURA GOIABA | | PÃO COM FRANGO, REQUEIJÃO, CENOURA RALADA E ALFACE, SUCO POLPA DE LARANJA | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| 333,95 | 58,00 | 17,00 | 6,00 | 124,23 | 11,25 | 36,71 | 1,34 | 157,40 | |
| Segunda-Feira | 16/09/2024 | Terça-Feira | 17/09/2024 | Quarta-Feira | 18/09/2024 | Quinta-Feira | 19/09/2024 | Sexta-feira | 20/09/2024 |
| ARROZ, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, LARANJA | | ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), FAROFA DE COUVE, SALADA DE VINAGRETE SUCO DE MARACUJÁ | | MACARRÃO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES (chuchu, cenoura e vagem), BANANA | | PÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO DE TOMATE, CENOURA E CHEIRO-VERDE, SUCO DE GOIABA | | ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM BATATA, TOMATE E ABOBRINHA SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface, repolho e almeirão), ABACAXI | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| 333,61 | 56,00 | 17,00 | 5,00 | 103,47 | 25,82 | 47,17 | 1,96 | 176,51 | |
| Segunda-Feira | 23/09/2024 | Terça-Feira | 24/09/2024 | Quarta-Feira | 25/09/2024 | Quinta-Feira | 26/09/2024 | Sexta-feira | 27/09/2024 |
| RISOTO DE FRANGO COM ABOBORA E VAGEM, FEIJÃO SALADA DE REPOLHO COM CHEIRO VERDE MAÇÃ | | POLENTA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, LEGUMES REFOGADOS (cenoura e chuchu), SUCO POLPA DE ACEROLA | | ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA DE PEPINO COM TOMATE BANANA | | ARROZ, LOMBO SUINO, CREME DE MILHO SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE E CEBOLA GOIABA | | PÃO COM SALSICHA AO MOLHO, SUCO POLPA DE UVA | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| 329,64 | 54,00 | 15,00 | 7,00 | 111,86 | 56,74 | 27,22 | 1,65 | 221,68 | |
| Segunda-Feira | 30/09/2024 | Terça-Feira | 01/10/2024 | Quarta-Feira | 02/10/2024 | Quinta-Feira | 03/10/2024 | Sexta-feira | 04/10/2024 |
| ARROZ À GREGA, CARNE ÍSCAS COM ABOBRINHA E BATATA SALADA DE REPOLHO ABACAXI | | | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| 78,86 | 14,00 | 3,00 | 1,00 | 51,67 | 1,85 | 4,76 | 0,28 | 70,53 | |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos



| |
|----------------------|
| ENTIDADE APAE / AMAI |
| SETEMBRO |

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (1ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|---|---|--|--|---|--|--------|----------|---------|--------|
| | 2/9/2024 | 3/9/2024 | 4/9/2024 | 5/9/2024 | 6/9/2024 | | | | |
| ALMOÇO | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATAS, SALADA DE BETERRABA | MACARRÃO COM LINGUIÇA E BROCOLIS, COUVE REFOGADA SALADA DE MAIONESE (batata, cenoura, vagem) | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ESCAROLA REFOGADA, SALADA DE ABOBRINHA | ARROZ, FEIJÃO, PERNIL AO VINAGRETE, SALADA DE CHUCHU COM CENOURA COZIDOS COM CHEIRO VERDE | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, TOMATE E CEBOLA SALADA DE ACELGA E CHEIRO VERDE | | | | |
| SUCO E SOBREMESA | SUCO DE LIMÃO MAÇÃ | SUCO DE MANGA ABACAXI | SUCO DE ACEROLA BANANA | SUCO DE TANGERINA MELANCIA | SUCO DE UVA MAMÃO | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 485,49 | | 81,00 | 22,00 | 10,00 | 239,51 | 46,94 | 84,44 | 3,06 | 414,53 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| |
|----------------------|
| ENTIDADE APAE / AMAI |
| SETEMBRO |

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (2ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|---|--|---|--|--|--|--------|----------|---------|--------|
| | 9/9/2024 | 10/9/2024 | 11/9/2024 | 12/9/2024 | 13/9/2024 | | | | |
| ALMOÇO | ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE BETERRABA RALADA | MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, FAROFA DE LEGUMES (abobrinha, cenoura e cheiro verde), SALADA DE REPOLHO COM CHEIRO VERDE | ARROZ COM BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM LEGUMES (batata, abóbora e abobrinha), SALADA DE ALFACE COM TOMATE | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM CENOURA RALADA, SALADA DE ESCAROLA COM CEBOLA | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO AO MOLHO, PURE DE BATATAS SALADA DE FOLHAS MISTAS | | | | |
| SUCO/ SOBREMESA | SUCO DE MARACUJÁ MAÇÃ | SUCO DE MORANGO MELÃO | SUCO DE GOIABA BANANA | SUCO DE LARANJA MAMÃO | SUCO DE MELANCIA ABACAXI | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 475,98 | | 86,00 | 22,00 | 8,00 | 251,34 | 40,95 | 82,05 | 2,99 | 257,92 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| |
|----------------------|
| ENTIDADE APAE / AMAI |
| SETEMBRO |

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (3ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|---|---|--|---|---|--|--------|----------|---------|--------|
| | 16/09/2024 | 17/09/2024 | 18/09/2024 | 19/09/2024 | 20/09/2024 | | | | |
| ALMOÇO | ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE COM CHEIRO VERDE, SALADA DE REPOLHO BICOLOR | ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCA E PERNIL), FAROFA DE COUVE SALADA DE VINAGRETE | MACARRÃO COM ATUM, LEGUMES COZIDOS (chuchu, cenoura e vagem), SALADA DE ALMEIRÃO COM CEBOLA | ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM QUEIJO, CENOURA E TOMATE SALADA DE ALFACE COM REPOLHO | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES (abóbora e abobrinha), SALADA DE PEPINO | | | | |
| SUCO/ SOBREMESA | SUCO DE UVA LARANJA | SUCO DE ABACAXI MELANCIA | SUCO DE LARANJA BANANA | SUCO DE ACEROLA MAMÃO | SUCO DE CAJU MELÃO | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 502,85 | | 83,00 | 24,00 | 9,00 | 302,92 | 95,54 | 100,46 | 3,33 | 313,63 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| |
|----------------------|
| ENTIDADE APAE / AMAI |
| SETEMBRO |

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (4ª SEMANA)

MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|---|---|--|--|---|--|--------|----------|---------|--------|
| | 23/09/2024 | 24/09/2024 | 25/09/2024 | 26/09/2024 | 27/09/2024 | | | | |
| ALMOÇO | RISOTO DE FRANGO COM CENOURA E VAGEM, FEIJÃO, SALADA DE CHUCHU COM TOMATE | POLENTA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, LEGUMES REFOGADOS (cenoura e chuchu), SALADA DE ACELGA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE COM ABOBRINHA E ABOBORA SALADA DE COUVE | ARROZ, FEIJÃO, SALSICHA AO MOLHO, PURE DE BATATA, SALADA DE RÚCULA COM ALFACE | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO CREME DE MILHO, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE E CEBOLA COM CEBOLA | | | | |
| SUCO/ SOBREMESA | SUCO DE GOIABA LARANJA | SUCO DE MANGA MELÃO | SUCO DE MORANGO BANANA | SUCO POLPA DE UVA MAMÃO | SUCO DE MARACUJA GOIABA | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 522,15 | | 84,00 | 24,00 | 11,00 | 264,34 | 50,43 | 94,19 | 3,36 | 357,15 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| |
|----------------------|
| ENTIDADE APAE / AMAI |
| SETEMBRO |

CARDÁPIO 25 - ENTIDADE 01 à 30 anos (5ª SEMANA)
MERENDA MANHÃ: 10:30h / MERENDA TARDE: 15:30h

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|--|---------------|---------------------|--------------|-------------|----------|---------|-------|
| | 30/09/2024 | 01/10/2024 | 02/10/2024 | 03/10/2024 | 04/10/2024 | | | |
| ALMOÇO | ARROZ À GREGA, CARNE ÍSCAS COM ABOBRINHA E BATATA SALADA DE REPOLHO ABACAXI | | | | | | | |
| SUCO/ SOBREMESA | SUCO DE LIMÃO ABACAXI | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 121,74 | 21,00 | 6,00 | 2,00 | 106,42 | 2,16 | 13,30 | 0,84 | 92,57 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011
 Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
 Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
 Nutricionista CRN 316089
 Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS
MERENDA ITU - 1ª semana

EMEF INTEGRAL - REFORÇO
 SETEMBRO

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|---|--|---|---|---|-----------------|----------------|--------------|
| | 02/09/2024 | 03/09/2024 | 04/09/2024 | 05/09/2024 | 06/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO | MINGAU DE AVEIA + BANANA | | | |
| CARDÁPIO 29 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATAS, SALADA DE BETERRABA, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM LINGUIÇA E BRÓCOLIS, SALADA DE MAIONESE (batata, cenoura, vagem), SUCO DE POLPA DE MANGA | ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE MOIDA SALADA DE FOLHAS MISTAS (rucula e repolho) BANANA | ARROZ, FEIJÃO, PERNIL AO VINAGRETE, SALADA DE ALMEIRAO LARANJA | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, TOMATE E CEBOLA SALADA DE ACELGA E CHEIRO VERDE MELÃO | | | |
| CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE LIMÃO | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJA | PÃO DE FORMA COM PATÊ DE ATUM E CENOURA RALADA, SUCO DE ACEROLA | PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE TANGERINA | PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE UVA | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 975,16 | 163,00 | 42,00 | 19,00 | 3.766,17 | 112,77 | 414,40 | 4,36 | 1.045,07 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
 Nutricionista, CRN 316089
 Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS
MERENDA ITU - 2ª semana

| |
|-------------------------|
| EMEF INTEGRAL - REFORÇO |
| SETEMBRO |

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|--|---|---|---|--|-----------------|----------------|--------------|
| | 09/09/2024 | 10/09/2024 | 11/09/2024 | 12/09/2024 | 13/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO DE CENOURA COM MARGARINA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO | MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO | | | |
| CARDÁPIO 29 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE BETERRABA RALADA MELANCIA | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO BICOLOR, SUCO DE MARACUJA | ARROZ COM BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM LEGUMES (batata, abóbora e chuchu), SALADA DE ALFACE COM TOMATE, BANANA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA, SALADA DE ESCAROLA COM CEBOLA, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO AO MOLHO, PURÊ DE BATATAS SALADA DE RUCULA COM ACELGA GOIABA | | | |
| CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO DE CAJU | PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE ABACAXI | PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE GOIABA | PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE LARANJA | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE MORANGO | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 933,05 | 155,00 | 44,00 | 16,00 | 3,730,55 | 54,78 | 376,11 | 3,91 | 846,63 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
 Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
 Nutricionista CRN 316089
 Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 3ª semana

| |
|-------------------------|
| EMEF INTEGRAL - REFORÇO |
| SETEMBRO |

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|---|--|--|---|--|--|--------|----------|---------|--------|
| | 16/09/2024 | 17/09/2024 | 18/09/2024 | 19/09/2024 | 20/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO | MINGAU DE AVEIA + BANANA | | | | |
| CARDÁPIO 29 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, SUCO DE LARANJA | ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), FAROFA DE COUVE SALADA DE VINAGRETE MELÃO | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES (chuchu, beterraba e cenoura), BANANA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM CENOURA E CHEIRO VERDE, SALADA DE ACELGA COM PEPINO MAÇÃ | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM LEGUMES, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface, repolho e almeirão), ABACAXI | | | | |
| CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE ACEROLA | PÃO DE CENOURA COM FRANGO DESFIADO, TOMATE E ALFACE, SUCO DE LÍMÃO | PÃO DE LEITE COM PERNIL, CEBOLA E CENOURA, SUCO DE MARACUJÁ | PÃO DE FORMA QUEIJO E APRESUNTADO SUCO DE UVA | PÃO INTEGRAL COM FRANGO COM MILHO VERDE SUCO DE LARANJA | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 903,67 | | 155,00 | 41,00 | 15,00 | 438,56 | 88,20 | 392,59 | 4,32 | 885,67 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

EMEF INTEGRAL - REFORÇO
SETEMBRO

MERENDA ITU - 4ª semana

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|--|---|---|---|--|-----------------|----------------|--------------|
| | 23/09/2024 | 24/09/2024 | 25/09/2024 | 26/09/2024 | 27/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | MINGAU DE AVEIA + MAMÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL | | | |
| CARDÁPIO 29 Almoço 11:30 | RISOTO DE FRANGO COM ABOBORA E VAGEM, FEIJÃO SALADA DE REPOLHO COM CHEIRO VERDE MAÇÃ | ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SALADA DE COUVE SUCO POLPA DE ACEROLA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE PEPINO COM TOMATE, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM VAGEM E CENOURA SALADA DE ALFACE MELÃO | ARROZ, FEIJÃO, Lombo Suino, Creme de Milho, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE E CEBOLA GOIABA | | | |
| CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM PERNIL AO VINAGRETE, SUCO DE MARACUJA | PÃO DE FORMA COM QUEIJO MUÇARELA E TOMATE, SUCO DE MANGA | CACHORRO QUENTE SUCO DE ACEROLA | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E ABOBRINHA, SUCO DE TANGERINA | PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO, SUCO DE ABACAXI | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 917,71 | 153,00 | 40,00 | 18,00 | 413,85 | 184,22 | 416,13 | 4,02 | 1.003,63 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF / EMEFEI EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 5ª semana

EMEF INTEGRAL - REFORÇO

SETEMBRO

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|--|----------------------|----------------------------|------------------|---------------|-----------------|----------------|--------------|
| | 30/9/2024 | 1/10/2024 | 2/10/2024 | 3/10/2024 | 4/10/2024 | | | |
| CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | | | | | | | |
| CARDÁPIO 29 Almoço 11:30 | ARROZ À GREGA, CARNE ÍSCAS COM ABOBRINHA E BATATA SALADA DE REPOLHO ABACAXI | | | | | | | |
| CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 204,84 | 34,00 | 10,00 | 3,00 | 98,36 | 5,04 | 84,23 | 0,90 | 224,98 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|---|--|---|---|---|--------|----------|---------|
| | 02/09/2024 | 03/09/2024 | 04/09/2024 | 05/09/2024 | 06/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO | MINGAU DE AVEIA + BANANA | | | |
| CARDÁPIO 31 Colação 10:00 | MELAO | SALADA DE FRUTAS | MELANCIA | BANANA COM AVEIA | MAÇÃ | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATAS, SALADA DE BETERRABA, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM LINGUIÇA E BRÓCOLIS, SALADA DE MAIONESE (batata, cenoura, vagem), SUCO DE POLPA DE MANGA | ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE MOIDA SALADA DE FOLHAS MISTAS (rucula e repolho) BANANA | ARROZ, FEIJÃO, PERNIL AO VINAGRETE, SALADA DE ALMEIRAO LARANJA | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, TOMATE E CEBOLA SALADA DE ACELGA E CHEIRO VERDE MELÃO | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE LIMÃO | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJA | PÃO DE FORMA COM PATÊ DE ATUM E CENOURA RALADA, SUCO DE ACEROLA | PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE TANGERINA | PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE UVA | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | |
| 859,19 | | 142,00 | 34,00 | 18,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
| | | | | | 274,33 | 149,56 | 396,62 | 3,68 |
| | | | | | | | | Sódio |
| | | | | | | | | 979,53 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|--|---|---|---|--|--------|----------|---------|
| | 09/09/2024 | 10/09/2024 | 11/09/2024 | 12/09/2024 | 13/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO DE CENOURA COM MARGARINA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO | MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO | | | |
| CARDÁPIO 31 Colação 10:00 | LARANJA | MELÃO | SALADA DE FRUTAS | MAMÃO COM AVEIA | BANANA | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE BETERRABA RALADA MELANCIA | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO BICOLOR, SUCO DE MARACUJA | ARROZ COM BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM LEGUMES (batata, abóbora e chuchu), SALADA DE ALFACE COM TOMATE, BANANA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA, SALADA DE ESCAROLA COM CEBOLA, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO AO MOLHO, PURÊ DE BATATAS SALADA DE RUCULA COM ACELGA GOIABA | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO NATURAL DE CAJU | PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE ABACAXI | PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE GOIABA | PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE LARANJA | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE MORANGO | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | |
| 809,76 | | 140,00 | 34,00 | 14,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
| | | | | | 255,72 | 124,27 | 366,16 | 3,18 |
| | | | | | | | | Sódio |
| | | | | | | | | 833,79 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 3ª semana

FUTURA GUIA DA LUZ. EMEI ERIKA

SETEMBRO

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|---|--|--|---|--|--|--------|----------|---------|--------|
| | 16/09/2024 | 17/09/2024 | 18/09/2024 | 19/09/2024 | 20/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO | MINGAU DE AVEIA + BANANA | | | | |
| CARDÁPIO 31 Colação 10:00 | ABACAXI | MAÇÃ | SALADA DE FRUTAS | BANANA COM AVEIA | MAMÃO | | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, SUCO DE LARANJA | ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), FAROFA DE COUVE SALADA DE VINAGRETE MELÃO | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES (chuchu, beterraba e cenoura), BANANA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM CENOURA E CHEIRO VERDE, SALADA DE ACELGA COM PEPINO MAÇÃ | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM LEGUMES, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface, repolho e almeirão), ABACAXI | | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE ACEROLA | PÃO DE CENOURA COM FRANGO DESFIADO, TOMATE E ALFACE, SUCO DE LIMAO | PÃO DE LEITE COM PERNIL, CEBOLA E CENOURA, SUCO NATURAL DE MARACUJA | PÃO DE FORMA QUEIJO E APRESUNTADO SUCO DE UVA | PÃO INTEGRAL COM FRANGO COM MILHO VERDE SUCO DE LARANJA | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| 855,36 | | 148,00 | 35,00 | 14,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | 286,59 | 107,98 | 402,01 | 3,80 | 907,26 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 4ª semana

FUTURA, GUIA DA LUZ, EMEI ERIKA

SETEMBRO

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | |
|---|--|---|---|---|--|----------|---------|
| | 23/09/2024 | 24/09/2024 | 25/09/2024 | 26/09/2024 | 27/09/2024 | | |
| CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | MINGAU DE AVEIA + MAMÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL | | |
| CARDÁPIO 31 Colação 10:00 | MELÃO | SALADA DE FRUTAS | MELANCIA | MAÇÃ | BANANA COM AVEIA | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | RISOTO DE FRANGO COM ABOBORA E VAGEM, FEIJÃO SALADA DE REPOLHO COM CHEIRO VERDE MAÇÃ | ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SALADA DE COUVE SUCO POLPA DE ACEROLA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE PEPINO COM TOMATE, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM VAGEM E CENOURA SALADA DE ALFACE MELÃO | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO, CRÈME DE MILHO, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE E CEBOLA GOIABA | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM PERNIL AO VINAGRETE, SUCO NATURAL DE MARACUJA | PÃO DE FORMA COM QUEIJO MUÇARELA E TOMATE, SUCO DE MANGA | CACHORRO QUENTE SUCO DE ACEROLA | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E ABOBRINHA, SUCO DE TANGERINA | PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO, SUCO DE ABACAXI | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | Proteínas (g) | | Vitaminas | | Minerais | |
| CHO (g) | | Gorduras Totais (g) | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
| Sódio | | | | | | | |
| 864,66 | 147,00 | 34,00 | 17,00 | 316,14 | 180,93 | 398,37 | 3,72 |
| | | | | | | | 996,09 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista
Alimentação Escolar
CRN 316089

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 5ª semana

FUTURA, GUIA DA LUZ, EMEI ERIKA

SETEMBRO

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|--|----------------------|----------------------------|------------------|---------------|-----------------|----------------|--------------|
| | 30/9/2024 | 1/10/2024 | 2/10/2024 | 3/10/2024 | 4/10/2024 | | | |
| CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | | | | | | | |
| CARDÁPIO 31 Colação 10:00 | MELAO | | | | | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ À GREGA, CARNE ÍSCAS COM ABOBRINHA E BATATA SALADA DE REPOLHO ABACAXI | | | | | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 175,71 | 31,00 | 8,00 | 3,00 | 83,13 | 4,92 | 80,87 | 0,65 | 223,18 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| |
|-----------------|
| EMEI REDE SABER |
| SETEMBRO |

CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|---|---|---|---|---|----------|---------|--------|
| | 02/09/2024 | 03/09/2024 | 04/09/2024 | 05/09/2024 | 06/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 31 6:45 | MELAO | SALADA DE FRUTAS | MELANCIA | BANANA COM AVEIA | MAÇÃ | | | |
| CARDÁPIO 21 09:00 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO | MINGAU DE AVEIA + BANANA | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATAS, SALADA DE BETERRABA, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM LINGUIÇA E BRÓCOLIS, SALADA DE MAIONESE (batata, cenoura, vagem), SUCO DE ACEROLA | ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE MOIDA SALADA DE FOLHAS MISTAS (rucula e repolho) BANANA | ARROZ, FEIJÃO, PERNIL AO VINAGRETE, SALADA DE ALMEIRAO LARANJA | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, TOMATE E CEBOLA SALADA DE ACELGA E CHEIRO VERDE MELÃO | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE CAJU | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJA | PÃO DE FORMA COM PATÊ DE ATUM E CENOURA RALADA, SUCO DE ACEROLA | PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE TANGERINA | PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE UVA | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 859,19 | 142,00 | 34,00 | 18,00 | 274,33 | 149,56 | 396,62 | 3,68 | 979,53 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 2ª semana

| |
|-----------------|
| EMEI REDE SABER |
| SETEMBRO |

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|---|---|---|---|--|----------|---------|--------|
| | 09/09/2024 | 10/09/2024 | 11/09/2024 | 12/09/2024 | 13/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 31 6:45 | LARANJA | MELÃO | SALADA DE FRUTAS | MAMÃO COM AVEIA | BANANA | | | |
| CARDÁPIO 21 09:00 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO DE CENOURA COM MARGARINA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO | MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE BETERRABA RALADA MELANCIA | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO BICOLOR, SUCO DE MARACUJA | ARROZ COM BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM LEGUMES (batata, abóbora e chuchu), SALADA DE ALFACE COM TOMATE, BANANA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA, SALADA DE ESCAROLA COM CEBOLA, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO AO MOLHO, PURÊ DE BATATAS SALADA DE RUCULA COM ACELGA GOIABA | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO DE CAJU | PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE MORANGO | PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE GOIABA | PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE ACEROLA | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE MARACUJA | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 809,73 | 140,00 | 34,00 | 14,00 | 255,72 | 124,27 | 366,16 | 3,18 | 833,79 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|--|--|---|--|--|-----------------|----------------|--------------|
| | 16/09/2024 | 17/09/2024 | 18/09/2024 | 19/09/2024 | 20/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 31 6:45 | ABACAXI | MAÇÃ | SALADA DE FRUTAS | BANANA COM AVEIA | MAMÃO | | | |
| CARDÁPIO 21 09:00 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO | MINGAU DE AVEIA + BANANA | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, SUCO DE LARANJA | ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), FAROFA DE COUVE SALADA DE VINAGRETE MELÃO | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES (chuchu, beterraba e cenoura), BANANA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM CENOURA E CHEIRO VERDE, SALADA DE ACELGA COM PEPINO MAÇÃ | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM LEGUMES, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface, repolho e almeirão), ABACAXI | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE ACEROLA | PÃO DE CENOURA COM FRANGO DESFIADO, TOMATE E ALFACE, SUCO DE LIMAO | PÃO DE LEITE COM PERNIL, CEBOLA E CENOURA, SUCO DE MARACUJA | PÃO DE FORMA QUEIJO E APRESUNTADO SUCO DE UVA | PÃO INTEGRAL COM FRANGO COM MILHO VERDE SUCO DE GOIABA | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| 855,36 | 148,00 | 35,00 | 14,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | 286,59 | 107,98 | 402,01 | 3,80 | 907,26 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista
CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|--|---|---|---|--|----------|---------|--------|
| | 23/09/2024 | 24/09/2024 | 25/09/2024 | 26/09/2024 | 27/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 31 6:45 | MELÃO | SALADA DE FRUTAS | MELANCIA | MAÇÃ | BANANA COM AVEIA | | | |
| CARDÁPIO 21 09:00 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | MINGAU DE AVEIA + MAMÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | RISOTO DE FRANGO COM ABOBORA E VAGEM, FEIJÃO SALADA DE REPOLHO COM CHEIRO VERDE MAÇÃ | ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SALADA DE COUVE SUCO DE ACEROLA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE PEPINO COM TOMATE, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM VAGEM E CENOURA SALADA DE ALFACE MELÃO | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO, CREME DE MILHO, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE E CEBOLA GOIABA | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM PERNIL AO VINAGRETE, SUCO DE MARACUJA | PÃO DE FORMA COM QUEIJO MUÇARELA E TOMATE, SUCO DE MANGA | CACHORRO QUENTE SUCO DE ACEROLA | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E ABOBRINHA, SUCO DE CAJU | PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO, SUCO DE GOIABA | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| 864,66 | 147,00 | 34,00 | 17,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | 316,14 | 180,93 | 398,37 | 3,72 | 996,09 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 5ª semana

| |
|-----------------|
| EMEI REDE SABER |
| SETEMBRO |

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira |
|---|--|-------------|--------------|--------------|-------------|
| | 30/9/2024 | 1/10/2024 | 2/10/2024 | 3/10/2024 | 4/10/2024 |
| CARDÁPIO 31 6:45 | MELAO | | | | |
| CARDÁPIO 21 09:00 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ À GREGA, CARNE ÍSCAS COM ABOBRINHA E BATATA SALADA DE REPOLHO ABACAXI | | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA | | | | |

| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
|--|---------|---------------|---------------------|-----------|--------|----------|---------|--------|
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 175,71 | 31,00 | 8,00 | 3,00 | 83,13 | 4,92 | 80,87 | 0,65 | 223,18 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIOS EMEF EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|---|---|---|---|---|-----------------|----------------|--------------|
| | 02/09/2024 | 03/09/2024 | 04/09/2024 | 05/09/2024 | 06/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 31 6:45 | MELAO | SALADA DE FRUTAS | MELANCIA | BANANA COM AVEIA | MAÇÃ | | | |
| CARDÁPIO 21 09:00 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO | MINGAU DE AVEIA + BANANA | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATAS, SALADA DE BETERRABA, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM LINGUIÇA E BRÓCOLIS, SALADA DE MAIONESE (batata, cenoura, vagem), SUCO DE ACEROLA | ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE MOIDA SALADA DE FOLHAS MISTAS (rucula e repolho) BANANA | ARROZ, FEIJÃO, PERNIL AO VINAGRETE, SALADA DE ALMEIRAO LARANJA | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, TOMATE E CEBOLA SALADA DE ACELGA E CHEIRO VERDE MELÃO | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM TOMATE E QUEIJO MUÇARELA, SUCO DE CAJU | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJA | PÃO DE FORMA COM PATÊ DE ATUM E CENOURA RALADA, SUCO DE ACEROLA | PÃO DE LEITE COM FRANGO COM TOMATE E CEBOLA, SUCO DE TANGERINA | PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE UVA | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 1.045,48 | 171,00 | 45,00 | 21,00 | 375,18 | 200,40 | 433,10 | 5,18 | 1.053,52 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucundua Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS
MERENDA ITU - 2ª semana

| |
|-----------------|
| EMEF REDE SABER |
| SETEMBRO |

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|---|---|---|---|--|-----------------|----------------|--------------|
| | 09/09/2024 | 10/09/2024 | 11/09/2024 | 12/09/2024 | 13/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 31 6:45 | LARANJA | MELÃO | SALADA DE FRUTAS | MAMÃO COM AVEIA | BANANA | | | |
| CARDÁPIO 21 09:00 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO DE CENOURA COM MARGARINA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO | MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE BETERRABA RALADA MELANCIA | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO BICOLOR, SUCO DE MARACUJA | ARROZ COM BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM LEGUMES (batata, abóbora e chuchu), SALADA DE ALFACE COM TOMATE, BANANA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA, SALADA DE ESCAROLA COM CEBOLA, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO AO MOLHO, PURÊ DE BATATAS SALADA DE RUCULA COM ACELGA GOIABA | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO DE CAJU | PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE MORANGO | PÃO INTEGRAL COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE GOIABA | PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE ACEROLA | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CEBOLA E CENOURA, SUCO DE MARACUJA | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 1.026,72 | 180,00 | 44,00 | 16,00 | 316,11 | 156,70 | 400,80 | 4,65 | 855,73 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucundua Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIOS EMEF EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 3ª semana

EMEF REDE SABER

SETEMBRO

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|--|--|---|--|--|-----------------|----------------|--------------|
| | 16/09/2024 | 17/09/2024 | 18/09/2024 | 19/09/2024 | 20/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 31 6:45 | ABACAXI | MAÇÃ | SALADA DE FRUTAS | BANANA COM AVEIA | MAMÃO | | | |
| CARDÁPIO 21 09:00 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO | MINGAU DE AVEIA + BANANA | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, SUCO DE LARANJA | ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), FAROFA DE COUVE SALADA DE VINAGRETE MELÃO | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO, SALADA DE LEGUMES (chuchu, beterraba e cenoura), BANANA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM CENOURA E CHEIRO VERDE, SALADA DE ACELGA COM PEPINO MAÇÃ | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM LEGUMES, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface, repolho e almeirão), ABACAXI | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE ACEROLA | PÃO DE CENOURA COM FRANGO DESFIADO, TOMATE E ALFACE, SUCO DE LÍMÃO | PÃO DE LEITE COM PERNIL, CEBOLA E CENOURA, SUCO DE MARACUJÁ | PÃO DE FORMA QUEIJO E APRESUNTADO SUCO DE UVA | PÃO INTEGRAL COM FRANGO COM MILHO VERDE SUCO DE GOIABA | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 1.018,73 | 180,00 | 42,00 | 16,00 | 363,02 | 127,23 | 429,72 | 5,11 | 921,66 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucundua Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 4ª semana

EMEF REDE SABER

SETEMBRO

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|---|--|---|---|---|--|--------|----------|---------|----------|
| | 23/09/2024 | 24/09/2024 | 25/09/2024 | 26/09/2024 | 27/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 31 6:45 | MELÃO | SALADA DE FRUTAS | MELANCIA | MAÇÃ | BANANA COM AVEIA | | | | |
| CARDÁPIO 21 09:00 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | MINGAU DE AVEIA + MAMÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA | LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL | | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | RISOTO DE FRANGO COM ABOBORA E VAGEM, FEIJÃO SALADA DE REPOLHO COM CHEIRO VERDE MAÇÃ | ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SALADA DE COUVE SUCO DE ACEROLA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE PEPINO COM TOMATE, ABACAXI | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM VAGEM E CENOURA SALADA DE ALFACE MELÃO | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO, CREME DE MILHO, SALADA DE ALMEIRÃO COM RABANETE E CEBOLA GOIABA | | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE CENOURA COM PERNIL AO VINAGRETE, SUCO DE MARACUJA | PÃO DE FORMA COM QUEIJO MUÇARELA E TOMATE, SUCO DE MANGA | CACHORRO QUENTE SUCO DE ACEROLA | PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E ABOBRINHA, SUCO DE CAJU | PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIADO AO MOLHO, SUCO DE GOIABA | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| 1.042,07 | | 183,00 | 41,00 | 19,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | 404,71 | 206,44 | 435,75 | 5,18 | 1.041,72 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



CARDÁPIOS EMEF EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 5ª semana

| |
|-----------------|
| EMEF REDE SABER |
| SETEMBRO |

| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|---|--|----------------|----------------------|----------------------------|------------------|---------------|-----------------|----------------|--------------|
| | 30/9/2024 | 1/10/2024 | 2/10/2024 | 3/10/2024 | 4/10/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 31 6:45 | MELAO | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 21 09:00 | LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 27 Almoço 11:30 | ARROZ À GREGA, CARNE ÍSCAS COM ABOBRINHA E BATATA SALADA DE REPOLHO ABACAXI | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00 | PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO E CENOURA RALADA, SUCO DE UVA | | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| | Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | 204,16 | 38,00 | 9,00 | 3,00 | 110,56 | 6,55 | 92,09 | 0,96 | 235,76 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|--|---------------|-------------|---------------|---------------------|-------------|--------|----------|---------|
| | 02/09/2024 | 03/09/2024 | 04/09/2024 | 05/09/2024 | 06/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 2 Colação 10:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 3 Almoço 12:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 4 Lanche da Tarde 14:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 5 Jantar 16:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
| 77,50 | | 11,40 | 1,91 | 2,72 | 70,21 | 13,55 | 46,83 | 0,67 |
| | | | | | | | | Sódio |
| | | | | | | | | 124,12 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

CARDÁPIO 1 à 5 - BEBÊS DE 04 à 05 MESES
MERENDA ITU - 2ª semana



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|--|---------------|------------------|------------------------|--------------|-------------|----------|---------|--------|
| | 09/09/2024 | 10/09/2024 | 11/09/2024 | 12/09/2024 | 13/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 2 Colação 10:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 3 Almoço 12:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 4 Lanche da Tarde 14:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 5 Jantar 16:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 77,50 | 11,40 | 1,91 | 2,72 | 70,21 | 13,55 | 46,83 | 0,67 | 124,12 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|--|----------------|----------------------|----------------------------|------------------|---------------|-----------------|----------------|--------------|
| | 16/09/2024 | 17/09/2024 | 18/09/2024 | 19/09/2024 | 20/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 2 Colação 10:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 3 Almoço 12:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 4 Lanche da Tarde 14:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 5 Jantar 16:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 77,50 | 11,40 | 1,91 | 2,72 | 70,21 | 13,55 | 46,83 | 0,67 | 124,12 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista CRM 316089
Alimentação Escolar

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|--|---------------|-------------|---------------|---------------------|-------------|--------|----------|---------|
| | 23/09/2024 | 24/09/2024 | 25/09/2024 | 26/09/2024 | 27/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 2 Colação 10:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 3 Almoço 12:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 4 Lanche da Tarde 14:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 5 Jantar 16:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) |
| 77,50 | | 11,40 | 1,91 | 2,72 | 70,21 | 13,55 | 46,83 | 0,67 |
| | | | | | | | | Sódio |
| | | | | | | | | 124,12 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRM 316089
Alimentação Escolar



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|--|----------------|----------------------|----------------------------|------------------|---------------|-----------------|----------------|--------------|
| | 30/09/2024 | 01/10/2024 | 02/10/2024 | 03/10/2024 | 04/10/2024 | | | |
| CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 1 | | | | | | | |
| CARDÁPIO 2 Colação 10:00 | FÓRMULA 1 | | | | | | | |
| CARDÁPIO 3 Almoço 12:00 | FÓRMULA 1 | | | | | | | |
| CARDÁPIO 4 Lanche da Tarde 14:30 | FÓRMULA 1 | | | | | | | |
| CARDÁPIO 5 Jantar 16:00 | FÓRMULA 1 | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 40,75 | 7,33 | 1,09 | 0,79 | 14,04 | 2,71 | 9,37 | 73,72 | 73,72 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças menores de 6 meses.
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|---|---|--|--|--|---|--------|----------|---------|--------|
| | 02/09/2024 | 03/09/2024 | 04/09/2024 | 05/09/2024 | 06/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 6 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | | |
| CARDÁPIO 7 Colação 10:00 | PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ESPINAFRE E BATATA | PAPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, INHAME E CENOURA | PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, ABÓBORA E CARÁ | PAPA DE ARROZ, CARNE CUBOS, MANDIOCA E ABOBRINHA | PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, BATATA E CENOURA | | | | |
| CARDÁPIO 8 Almoço 12:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | | |
| CARDÁPIO 9 Lanche da Tarde 14:30 | PAPA DE PÊRA | PAPA DE MAÇÃ | PAPA DE BANANA | PAPA DE MAMÃO | PAPA DE BANANA | | | | |
| CARDÁPIO 10 Jantar 16:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| 425,69 | | 65,00 | 16,00 | 12,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | 361,04 | 58,07 | 173,72 | 3,67 | 357,77 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.
As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher
A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.
Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições
Ofertar apenas 1 fruta ao dia.

Carolina Mendes Alves
Nutricionista CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | | | | | | | | | |
|---|--|---|--|--|--|-------|----------|--------|--|-------|--|--------|--|------|--|--------|--|
| | 09/09/2024 | 10/09/2024 | 11/09/2024 | 12/09/2024 | 13/09/2024 | | | | | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 6 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | | | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 7 Colação 10:00 | PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, BATATA E CENOURA | PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, INHAME E BRÓCOLIS | PAPA DE FUBÁ, CARNE ÍSCAS, COUVE E ABÓBORA | PAPA DE ARROZ, CARNE CUBOS, MANDIOQUINHA E TOMATE | PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ABOBRINHA E CHICÓRIA | | | | | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 8 Almoço 12:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | | | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 9 Lanche da Tarde 14:30 | PAPA DE MAMÃO | PAPA DE PÊRA | PAPA DE BANANA | PAPA DE MAÇÃ | PAPA DE BANANA | | | | | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 10 Jantar 16:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | | | | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | | | | | | | | |
| A (RE) | | C (mg) | | Ca (mg) | Fe (mg) | | Sódio | | | | | | | | | | |
| 419,48 | | 63,00 | | 17,00 | | 12,00 | | 356,35 | | 68,46 | | 186,32 | | 3,85 | | 357,63 | |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.
As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher
A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.
Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições
Ofertar apenas 1 fruta ao dia.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|---|---|---|---|---|-----------------|----------------|--------------|
| | 16/09/2024 | 17/09/2024 | 18/09/2024 | 19/09/2024 | 20/09/2024 | | | |
| CARDÁPIO 6 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 7 Colação 10:00 | PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, BATATA E ABOBRINHA | PAPA DE FUBÁ, ISCAS, MANDIOCA E ABÓBORA | PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CENOURA E INHAME | PAPA DE ARROZ, MOIDA, ESPINAFRE E TOMATE | PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ISCAS, ABÓBORA E CHUCHU | | | |
| CARDÁPIO 8 Almoço 12:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| CARDÁPIO 9 Lanche da Tarde 14:30 | PAPA DE MAÇÃ | PAPA DE PÊRA | PAPA DE BANANA | PAPA DE MAMÃO | PAPA DE BANANA | | | |
| CARDÁPIO 10 Jantar 16:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 424,10 | 64,00 | 17,00 | 12,00 | 354,98 | 56,68 | 177,67 | 3,81 | 357,61 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher

A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.

Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

Ofertar apenas 1 fruta ao dia.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|---|--|--|--|---|--------------------------------------|--------|----------|---------|--------|
| | 23/09/2024 | 24/09/2024 | 25/09/2024 | 26/09/2024 | 27/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 6 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | | |
| CARDÁPIO 7 Colação 10:00 | PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, INHAME, ABOBRINHA | PAPA DE ARROZ, CARNE MOIDA, MANDIOQUINHA E ABÓBORA | PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE CUBOS, BATATA E ABÓBORA | SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, MANDIOQUINHA E COUVE | SOPA DE ARROZ, MOIDA, CARÁ E CENOURA | | | | |
| CARDÁPIO 8 Almoço 12:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | | |
| CARDÁPIO 9 Lanche da Tarde 14:30 | PAPA DE PÊRA | PAPA DE MAÇÃ | PAPA DE BANANA | PAPA DE MAMÃO | PAPA DE BANANA | | | | |
| CARDÁPIO 10 Jantar 16:00 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | FÓRMULA 1 | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| 412,76 | | 62,00 | 15,00 | 12,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | 368,28 | 61,46 | 171,57 | 3,35 | 356,30 |

Fontes: Taco 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.

Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher

A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.

Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

Ofertar apenas 1 fruta ao dia.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | |
|---|---|--------------------------|--------------------------------|------------------|---------------|-----------------|----------------|--------------|
| | 30/09/2024 | 01/10/2024 | 02/10/2024 | 03/10/2024 | 04/10/2024 | | | |
| CARDÁPIO 6 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 1 | | | | | | | |
| CARDÁPIO 7 Colação 10:00 | PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, ISCAS, CENOURA E BATATA | | | | | | | |
| CARDÁPIO 8 Almoço 12:00 | FÓRMULA 1 | | | | | | | |
| CARDÁPIO 9 Lanche da Tarde 14:30 | PAPA DE MAÇÃ | | | | | | | |
| CARDÁPIO 10 Jantar 16:00 | FÓRMULA 1 | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 107,44 | 17,00 | 4,00 | 3,00 | 87,05 | 10,61 | 32,85 | 0,76 | 120,35 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011
Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea infantil padrão para crianças de 6 meses.
Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.
As frutas devem ser amassadas ou raspadas e oferecidas com a colher.
A papa deverá ser PENEIRADA e servida na consistência de purê.
Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições.
Ofertar apenas 1 fruta ao dia.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|--|--|--|--|---|---|--------|----------|---------|--------|
| | 02/09/2024 | 03/09/2024 | 04/09/2024 | 05/09/2024 | 06/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 2 + MAMÃO | FÓRMULA 2 + MAÇÃ | FÓRMULA 2 + MELÃO | FÓRMULA 2 + PÊRA | FÓRMULA 2 + BANANA | | | | |
| CARDÁPIO 12 Colação 9:00 | PÊRA | SUCO DE LARANJA COM CENOURA | CREME DE ABACATE | SUCO DE MELANCIA | SUCO DE MARACUJA COM LARANJA LIMA | | | | |
| CARDÁPIO 13 Almoço 10:00 | PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CABOTIÃ, BATATA E ESPINAFRE LARANJA LIMA | PAPA DE ARROZ, CARNE CUBOS, INHAME, CHUCHU E CENOURA MELÃO | PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, BRÓCOLIS, CARÁ E ABÓBORA BANANA | PAPA DE ARROZ COM CARNE ISCAS, CARÁ, ABOBRINHA E BETERRABA, MAMÃO | PAPA DE FUBÁ COM CALDO DE FEIJÃO, OVO, BATATA, CHUCHU E CENOURA MAÇÃ | | | | |
| CARDÁPIO 14 Lanche da tarde 13:00 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | | | | |
| CARDÁPIO 15 Jantar 15:00 | PAPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, ESCAROLA, BATATA E CENOURA ABACAXI | PAPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, BATATA, CENOURA E COUVE, MAMÃO | PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ABÓBORA, VAGEM E CARÁ LARANJA | PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE CUBOS, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA MELÃO | PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, CARÁ, ABÓBORA E COUVE PÊRA | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 440,48 | | 79,00 | 14,00 | 9,00 | 347,61 | 85,54 | 195,74 | 3,62 | 657,87 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

*A carne deverá ser desfiada ou picada.

*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira |
|--|--|--|---|--|---|
| | 09/09/2024 | 10/09/2024 | 11/09/2024 | 12/09/2024 | 13/09/2024 |
| CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 2 + MAÇÃ | FÓRMULA 2 + MAMÃO | FÓRMULA 2 + BANANA | FÓRMULA 2 + MELÃO | FÓRMULA 2 + PÊRA |
| CARDÁPIO 12 Colação 9:00 | MAMÃO | SUCO DE LARANJA COM BETERRABA | CREME DE ABACATE | SUCO DE MORANGO COM LARANJA | SUCO DE ABACAXI |
| CARDÁPIO 13 Almoço 10:00 | PAPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, BATATA, CENOURA E CHUCHU, ABACAXI | PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO COM INHAME, ABÓBORA E BRÓCOLIS, MELANCIA | PAPA DE FUBÁ, CARNE ÍSCAS, BATATA, COUVE E ABÓBORA, MELÃO | PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE CUBOS, MANDIOQUINHA, BRÓCOLIS E CENOURA BANANA | PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CHICÓRIA, LARANJA LIMA |
| CARDÁPIO 14 Lanche da tarde 13:00 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 |
| CARDÁPIO 15 Jantar 15:00 | PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, MANDIOCA, CENOURA E ESPINAFRE, LARANJA LIMA | PAPA DE FUBÁ, OVO, MANDIOQUINHA, BRÓCOLIS E ABÓBORA, MELÃO | PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CHICORIA, MANDIOCA E TOMATE, MAMÃO | PAPA DE FUBÁ, FIGADO, CENOURA, INHAME E CHUCHU MAÇÃ | PAPA DE ARROZ, CARNE CUBOS, MANDIOCA, ABÓBORA E ABOBRINHA, BANANA |

| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | |
|--|---------|---------------|---------------------|-----------|--------|---------|----------|--------|
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | | Minerais | |
| | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 451,59 | 85,00 | 14,00 | 9,00 | 494,77 | 88,38 | 196,98 | 3,83 | 237,21 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

*A carne deverá ser desfiada ou picada.

*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|--|---|---|---|--|---|--------|----------|---------|--------|
| | 16/09/2024 | 17/09/2024 | 18/09/2024 | 19/09/2024 | 20/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 2 + MAMÃO | FÓRMULA 2 + MAÇÃ | FÓRMULA 2 + BANANA | FÓRMULA 2 + MELÃO | FÓRMULA 2 + PÊRA | | | | |
| CARDÁPIO 12 Colação 9:00 | SUCO DE ACEROLA | CREME DE ABACATE | MAÇÃ | SUCO DE MARACUJA | SUCO DE LARANJA LIMA | | | | |
| CARDÁPIO 13 Almoço 10:00 | PAPA DE ARROZ, FRANGO, BATATA, BERINJELA E ABOBRINHA, MAÇÃ | PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, ISCAS, MANDIOCA, ABOBRINHA E ABÓBORA, PÊRA | PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE FRANGO, CENOURA, INHAME E BRÓCOLIS, MAMÃO | PAPA DE ARROZ, MOIDA, ESPINAFRE, TOMATE E ABÓBORA, BANANA | PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, OVO, MANDIOCA, ABÓBORA, CHUCHU E COUVE, MELANCIA | | | | |
| CARDÁPIO 14 Lanche da tarde 13:00 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | | | | |
| CARDÁPIO 15 Jantar 15:00 | PAPA DE FUBÁ, OVO, CALDO DE FEIJÃO, INHAME, ABÓBORA E CHICÓRIA, ABACAXI | PAPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, BRÓCOLIS, CHUCHU E CARÁ, MELANCIA | PAPA DE ARROZ, CUBOS, INHAME, ALMEIRÃO E ABÓBORA, LARANJA LIMA | PAPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, CALDO DE FEIJÃO, COUVE ABOBRINHA E BATATA, MAÇÃ | PAPA DE MACARRÃO, CARNE ISCAS, INHAME, CHUCHU E CENOURA, MELÃO | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 437,75 | | 80,00 | 13,00 | 9,00 | 319,68 | 112,26 | 186,27 | 3,59 | 259,49 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

*A carne deverá ser desfiada ou picada.

*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|--|---|---|--|---|--|--------|----------|---------|--------|
| | 23/09/2024 | 24/09/2024 | 25/09/2024 | 26/09/2024 | 27/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 2 + MAÇÃ | FÓRMULA 2 + MELÃO | FÓRMULA 2 + PÊRA | FÓRMULA 2 + MAÇÃ | FÓRMULA 2 + BANANA | | | | |
| CARDÁPIO 12 Colação 9:00 | SUCO DE LARANJA LIMA | MELANCIA | SUCO DE MORANGO | PERA | SUCO DE UVA | | | | |
| CARDÁPIO 13 Almoço 10:00 | PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CENOURA, CARÁ E CHUCHU, ABACAXI | PAPA DE FUBÁ, OVO, CALDO DE FEIJÃO, COUVE, MANDIOQUINHA E ABÓBORA, LARANJA LIMA | PAPA MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE CUBOS, CHUCHU, INHAME E TOMATE, BANANA | PAPA DE ARROZ, FRANGO, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA, MELANCIA | PAPA DE FUBÁ, MOIDA, BRÓCOLIS, CENOURA E CATALONIA, MAÇÃ | | | | |
| CARDÁPIO 14 Lanche da tarde 13:00 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | FÓRMULA 2 | | | | |
| CARDÁPIO 15 Jantar 15:00 | PAPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, BATATA, TOMATE E CHICÓRIA, MELÃO | PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, CENOURA, MANDIOCA E VAGEM, ABACAXI | PAPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, BATATA, CABOTIÃ E CHUCHU, MAMÃO | PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, OVO, CENOURA, ABOBRINHA E ESCAROLA, BANANA | PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, CARÁ, ABÓBORA E ALMEIRÃO LARANJA LIMA | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| 425,11 | | 80,00 | 13,00 | 7,00 | 342,30 | 60,54 | 187,18 | 3,50 | 260,68 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

*CONSISTENCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com denteição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

*A carne deverá ser desfiada ou picada.

*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|--|---|-------------|---------------|---------------------|-------------|--------|----------|---------|--------|
| | 30/09/2024 | 01/10/2024 | 02/10/2024 | 03/10/2024 | 04/10/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30 | FÓRMULA 2 + MELÃO | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 12 Colação 9:00 | SUCO DE MARACUJA | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 13 Almoço 10:00 | PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, ISCAS, CENOURA, BATATA E CHUCHU, MELANCIA | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 14 Lanche da tarde 13:00 | FÓRMULA 2 | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 15 Jantar 15:00 | PAPA DE FUBÁ, CARNE ÍSCAS, BATATA, TOMATE E CHICÓRIA, LARANJA LIMA | | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| 110,08 | | 20,00 | 4,00 | 2,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | 80,67 | 12,34 | 35,74 | 0,74 | 104,75 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

*F2: Fórmula láctea infantil padrão para crianças maiores de 6 meses.

*Não adicionar açúcar, farinhas, frutas e qualquer outro alimento às fórmulas infantis.

*As frutas/papas devem ser oferecidas amassadas ou raspadas com a colher (respeitando a individualidade de cada criança)

*As frutas servidas como sobremesa deverão ser picadas, sem cascas e sem sementes e servidas em cumbucas plásticas.

*CONSISTÊNCIAS ADEQUADAS: Ofertar pedaços pequenos para estimular a mastigação (maiores e com dentição), amassadas com o garfo para os menores e/ou que possuem dificuldades de mastigação

*A carne deverá ser desfiada ou picada.

*Hidratação: oferecer água filtrada ou fervida entre as refeições

*A partir 8º mês, alterar gradativamente a consistência de pedaços pequenos até atingir a consistência de uma refeição normal

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|--|---|---|--|---|--|--------|----------|---------|--------|
| | 02/09/2024 | 03/09/2024 | 04/09/2024 | 05/09/2024 | 06/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30 | VITAMINA DE FRUTAS BISCOITO SIMPLES | LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32% MAMÃO | MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM MARGARINA | | | | |
| CARDÁPIO 17 Colação 9:00 | PÊRA | SUCO DE LARANJA COM CENOURA | CREME DE ABACATE | MELANCIA | SUCO DE MARACUJA | | | | |
| CARDÁPIO 18 Almoço 10:30 | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATAS SALADA DE BETERRABA SUCO DE UVA | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM CUBOS E BRÓCOLIS, SALADA DE LEGUMES (batata, cenoura, vagem), SUCO DE MANGA | ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE MOIDA SALADA DE FOLHAS MISTAS (rucula e repolho) BANANA | ARROZ, FEIJÃO, PERNIL AO VINAGRETE SALADA DE ALMEIRAO SUCO DE MAMÃO | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, TOMATE E CEBOLA SALADA DE ACELGA E CHEIRO VERDE MAÇÃ | | | | |
| CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00 | SUCO DE GOIABA PÃO DE CENOURA COM CARNE DESMIADA E CENOURA RALADA | CHÁ DE CAMOMILA TORTA DE FRANGO (batata e cenoura) | SALADA DE FRUTAS (banana, pêra e mamão) | SUCO DE ACEROLA COM LARANJA PÃO DE FORMA COM PATE DE FRANGO, ALFACE E TOMATE | LEITE COM CHOCOLATE 32% FLOCOS DE MILHO BANANA | | | | |
| CARDÁPIO 20 Jantar 15:00 | SOPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, ESCAROLA, BATATA E CENOURA, ABACAXI | SOPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, BATATA, CENOURA E COUVE, MAMÃO | MACARRÃO, FEIJÃO, FRANGO COM CENOURA E CHUCHU, SALADA DE ALFACE, SUCO DE LARANJA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE CUBOS COM BATATA, SALADA DE ABOBRINHA, SUCO DE MELÃO | SOPA DE MACARRÃO, FRANGO, CARÁ, ABÓBORA E COUVE, PÊRA | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| 951,18 | | 157,00 | 41,00 | 18,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | 1.822,13 | 358,71 | 358,71 | 4,44 | 803,13 |

Fontes: IACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:

- * O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- * As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança
- * Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.
- * Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- * Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|--|--|---|---|--|--|--------|----------|---------|--------|
| | 09/09/2024 | 10/09/2024 | 11/09/2024 | 12/09/2024 | 13/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30 | MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE FORMA COM MARGARINA | LEITE COM CHOCOLATE 32% BANANA | FLOCOS DE MILHO COM LEITE MAMÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO | | | | |
| CARDÁPIO 17 Colação 9:00 | MAMÃO | SUCO DE LARANJA COM BETERRABA | CREME DE ABACATE | SUCO DE MORANGO COM LARANJA | MELÃO | | | | |
| CARDÁPIO 18 Almoço 10:30 | ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, SUCO DE ABACAXI | ARROZ, LENTILHA, MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO BICOLOR, MELANCIA | ARROZ COM BRÓCOLIS, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM LEGUMES (batata, abóbora e chuchu), SALADA DE ALFACE COM TOMATE, SUCO DE MARACUJÁ | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO COM BATATA, SALADA DE ESCAROLA COM CEBOLA, BANANA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE AO MOLHO, PURÊ DE BATATAS SALADA DE RUCULA COM ACELGA SUCO DE LARANJA | | | | |
| CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00 | SUCO DE ACEROLA PÃO INTEGRAL COM CARNE DESFIADA, CEBOLA E TOMATE | CHÁ DE HORTELÃ TORTA DE CARNE MOÍDA (tomate e cenoura) | SUCO DE UVA PÃO COM CARNE DESFIADA E CENOURA RALADA | SALADA DE FRUTAS (banana, laranja e manga) | LEITE COM CHOCOLATE 32% BISCOITO SIMPLES | | | | |
| CARDÁPIO 20 Jantar 15:00 | ARROZ, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM MANDIOCA, CENOURA SALADA DE ACELGA, SUCO DE LARANJA | SOPA DE DE FUBÁ, CUBOS, MANDIOQUINHA, BRÓCOLIS E ABÓBORA, MELÃO | MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES, FEIJÃO SALADA DE CHICÓRIA, MAMÃO | SOPA DE ARROZ, CARNE CUBOS, MANDIOCA, ABÓBORA E ABOBRINHA, BANANA | SOPA DE FUBÁ, FIGADO, CENOURA, INHAME E CHUCHU SUCO DE MAÇÃ | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| 897,00 | | 145,00 | 37,00 | 19,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | 2,734,88 | 91,99 | 326,38 | 4,68 | 737,33 |

Fontes: Iaco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:

* O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.

* As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança

* Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.

* Utilizar pouco sal e pouco óleo.

* Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|--|--|---|---|---|--|--------|----------|---------|--------|
| | 16/09/2024 | 17/09/2024 | 18/09/2024 | 19/09/2024 | 20/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30 | LEITE COM CHOCOLATE 32% MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO | VITAMINA DE FRUTAS BISCOITO SIMPLES | LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM MARGARINA | MINGAU DE AVEIA + BANANA | | | | |
| CARDÁPIO 17 Colação 9:00 | SUCO DE ACEROLA | CREME DE ABACATE | MAÇÃ | BANANA | SUCO DE LARANJA | | | | |
| CARDÁPIO 18 Almoço 10:30 | ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, LARANJA | ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), FAROFA DE COUVE SALADA DE VINAGRETE SUCO DE PÊRA | ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, SALADA DE LEGUMES (chuchu, beterraba e cenoura), SUCO DE MAMAO | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM CENOURA E CHEIRO VERDE SALADA DE ACELGA COM PEPINO SUCO DE MARACUJA | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM LEGUMES, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface e almeirão), MELANCIA | | | | |
| CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00 | SUCO DE UVA PÃO DE FORMA COM QUEIJO E TOMATE | CHÁ DE CIDREIRA TORTA DE FRANGO (batata e cenoura) | LEITE COM CHOCOLATE 32% FLOCOS DE MILHO BANANA | SUCO DE CAJU PÃO DE CENOURA COM PATE DE FRANGO E ALFACE | SALADA DE FRUTAS (banana, manga, maçã e mamão) | | | | |
| CARDÁPIO 20 Jantar 15:00 | ARROZ, FEIJÃO, OVOS ESTALADOS AO MOLHO, SALADA DE CHICORIA, SUCO DE ABACAXI | SOPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, BRÓCOLIS, CHUCHU E CARÁ MELANCIA | SOPA DE ARROZ, CUBOS, INHAME, ALMEIRÃO E ABÓBORA LARANJA | ARROZ, FEIJÃO, CUSCUZ DE FRANGO, SALADA DE TOMATE, SUCO DE MAÇÃ | SOPA DE MACARRÃO, CARNE ISCAS, INHAME, CHUCHU E CENOURA MELAO | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| 951,42 | | 154,00 | 37,00 | 21,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | 346,52 | 111,98 | 368,22 | 4,53 | 805,72 |

Fontes: Iaco 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
 Rótulos de Alimentos

CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:

- * O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- * As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança
- * Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.
- * Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- * Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.

Carolina Mendes Alves
 Nutricionista CRN 316089
 Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|--|---|---|---|--|---|--------|----------|---------|--------|
| | 23/09/2024 | 24/09/2024 | 25/09/2024 | 26/09/2024 | 27/09/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30 | FLOCOS DE MILHO COM LEITE MAÇÃ | LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM MARGARINA | MINGAU DE AVEIA + BANANA | LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE DE FORMA COM REQUEIJÃO | LEITE COM CHOCOLATE 32% MAMÃO | | | | |
| CARDÁPIO 17 Colação 9:00 | LARANJA LIMA | MELANCIA | SUCO DE MORANGO | PERA | SUCO DE UVA | | | | |
| CARDÁPIO 18 Almoço 10:30 | RISOTO DE FRANGO COM ABOBORA E VAGEM, FEIJÃO SALADA DE REPOLHO COM CHEIRO VERDE SUCO DE ACEROLA | ARROZ, GRAO DE BICO, POLENTA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SALADA DE COUVE SUCO DE MARACUJA COM LARANJA | ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE PEPINO COM TOMATE, MAMÃO | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM VAGEM E CENOURA SALADA DE ALFACE SUCO DE MELANCIA | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO, CREME DE MILHO, SALADA DE ALMEIRÃO COM CEBOLA MAÇÃ | | | | |
| CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00 | SUCO DE UVA PÃO INTEGRAL COM PERNIL AO VINAGRETE | LEITE COM CHOCOLATE 32% BISCOITO SIMPLES | SUCO DE ACEROLA COM LARANJA PÃO DE FORMA COM PATE DE FRANGO, ALFACE E TOMATE | CHÁ DE ERVA-DOCE TORTA DE CARNE MOÍDA (tomate e cenoura) | SALADA DE FRUTAS (banana, manga, mamão, abacaxi) | | | | |
| CARDÁPIO 20 Jantar 15:00 | ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA, SALADA DE TOMATE E CHICÓRIA SUCO DE MELÃO | SOPA DE MACARRÃO, FRANGO, CENOURA, MANDIOCA E VAGEM, ABACAXI | MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, FEIJÃO SALADA DE LEGUMES SUCO DE LIMÃO | SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CUBOS, CENOURA, ABOBRINHA E ESCAROLA BANANA | SOPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, CARÁ, ABÓBORA E ALMEIRÃO LARANJA | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | |
| 966,72 | | 160,00 | 39,00 | 20,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | | | | | 380,47 | 149,72 | 349,31 | 4,96 | 691,81 |

Fontes: IACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013
Rótulos de Alimentos

CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:

- * O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.
- * As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança.
- * Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.
- * Utilizar pouco sal e pouco óleo.
- * Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



| Refeição | Segunda-Feira | Terça-Feira | Quarta-Feira | Quinta-Feira | Sexta-feira | | | | |
|--|--|----------------|----------------------|----------------------------|------------------|-----------------|----------------|----------------|--------------|
| | 30/09/2024 | 01/10/2024 | 02/10/2024 | 03/10/2024 | 04/10/2024 | | | | |
| CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30 | MINGAU DE AVEIA + MELÃO | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 17 Colação 9:00 | SUCO DE MARACUJA | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 18 Almoço 10:30 | ARROZ À GREGA, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM ABOBORA SALADA DE ABOBRINHA SUCO DE MELANCIA | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00 | SUCO DE ACEROLA PÃO INTEGRAL COM CARNE DESEFIADA, CEBOLA E TOMATE | | | | | | | | |
| CARDÁPIO 20 Jantar 15:00 | SOPA DE FUBÁ, CARNE ÍSCAS, BATATA, TOMATE E CHICÓRIA, LARANJA | | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| | Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | Minerais | | | |
| | | | | | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio |
| | 149,51 | 26,00 | 7,00 | 2,00 | 69,05 | 59,12 | 43,21 | 0,71 | 104,22 |

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

Tabela de Composição de Alimentos - Sônia Tucunduva Philippi 4ª Edição 2013

Rótulos de Alimentos

CONSISTÊNCIAS E ELABORAÇÕES:

* O feijão deverá ser amassado até 1 ano e 11 meses.

* As refeições para crianças menores de 2 anos deverão ser amassadas, devendo a consistência ser alterada gradativamente, conforme individualidade da criança

* Utilizar temperos naturais suaves, como cebola, alho e salsinha.

* Utilizar pouco sal e pouco óleo.

* Hidratação: Oferecer água filtrada ou fervida nos intervalos das refeições.

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

| Segunda-Feira 02/09/2024 | | Terça-Feira 03/09/2024 | | Quarta-Feira 4/9/2024 | | Quinta-Feira 5/9/2024 | | Sexta-feira 6/9/2024 | |
|---|---------|--|---------------------|--|--------|--|---------|--|--|
| ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO COM BATATAS, SUCO DE UVA | | MACARRÃO COM CUBOS E BRÓCOLIS, SALADA DE LEGUMES (batata, cenoura, vagem), SUCO DE MANGA | | ARROZ, CARNE MOÍDA, TORTA MADALENA DE CARNE MOIDA SALADA DE FOLHAS MISTAS (rucula e repolho) BANANA | | ARROZ, PERNIL AO VINAGRETE SALADA DE ALMEIRAO MAMÃO | | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, TOMATE E CEBOLA SALADA DE ACELGA E CHEIRO VERDE MAÇÃ | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| 284,25 | 49,00 | 10,00 | 6,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| | | | | 2.175,76 | 19,55 | 35,35 | 1,32 | 295,91 | |
| Segunda-Feira 09/09/2024 | | Terça-Feira 10/09/2024 | | Quarta-Feira 11/9/2024 | | Quinta-Feira 12/9/2024 | | Sexta-feira 13/9/2024 | |
| ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, SUCO DE ABACAXI | | MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO BICOLOR, MELANCIA | | ARROZ COM BRÓCOLIS, CARNE ÍSCAS COM LEGUMES (batata, abóbora e chuchu), SALADA DE ALFACE COM TOMATE, MELÃO | | ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO COM BATATA BANANA | | ARROZ, CARNE AO MOLHO, PURÊ DE BATATAS SUCO DE LARANJA | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| 292,03 | 45,00 | 12,00 | 8,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| | | | | 62,03 | 9,56 | 27,61 | 1,19 | 315,96 | |
| Segunda-Feira 16/09/2024 | | Terça-Feira 17/09/2024 | | Quarta-Feira 18/9/2024 | | Quinta-Feira 19/9/2024 | | Sexta-feira 20/9/2024 | |
| ARROZ, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, LARANJA | | ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL) FAROFA DE COUVE SUCO DE UVA | | MACARRÃO COM ATUM SALADA DE LEGUMES (chuchu, beterraba e cenoura), MAMÃO | | ARROZ, CARNE MOÍDA COM CENOURA E CHEIRO VERDE SALADA DE ACELGA COM PEPINO SUCO DE MARACUJA | | ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM LEGUMES, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface e almeirão), MELANCIA | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| 296,81 | 44,00 | 12,00 | 8,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| | | | | 121,40 | 27,46 | 37,10 | 1,45 | 346,88 | |
| Segunda-Feira 23/09/2024 | | Terça-Feira 24/09/2024 | | Quarta-Feira 25/9/2024 | | Quinta-Feira 26/9/2024 | | Sexta-feira 27/9/2024 | |
| RISOTO DE FRANGO COM ABOBORA E VAGEM, FEIJÃO SALADA DE REPOLHO COM CHEIRO VERDE SUCO DE ACEROLA | | POLENTA COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SALADA DE COUVE ABACAXI | | ARROZ, CARNE DE PANELA COM BATATA, SALADA DE PEPINO COM TOMATE, BANANA | | ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM VAGEM E CENOURA SUCO DE MELANCIA | | ARROZ, LOMBO SUINO, CREME DE MILHO MAÇÃ | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| 291,02 | 45,00 | 12,00 | 7,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| | | | | 110,48 | 15,04 | 33,10 | 1,31 | 316,11 | |
| Segunda-Feira 30/09/2024 | | Terça-Feira 01/10/2024 | | Quarta-Feira 2/10/2024 | | Quinta-Feira 3/10/2024 | | Sexta-feira 4/10/2024 | |
| ARROZ À GREGA, CARNE ÍSCAS COM ABOBORA SALADA DE ABOBRINHA SUCO DE MARACUJA | | | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| 80,62 | 14,00 | 3,00 | 1,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | |
| | | | | 25,51 | 1,21 | 3,28 | 0,22 | 107,63 | |

| Segunda-Feira | 02/09/2024 | Terça-Feira | 03/09/2024 | Quarta-Feira | 4/9/2024 | Quinta-Feira | 5/9/2024 | Sexta-feira | 6/9/2024 |
|--|------------|---|---------------------|---|-----------|--|-----------|--|-----------|
| SOPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, ESCAROLA, BATATA E CENOURA, ABACAXI | | SOPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, BATATA, CENOURA E COUVE, MAMÃO | | MACARRÃO, FEIJÃO, FRANGO COM CENOURA E CHUCHU, SALADA DE ALFACE SUCO DE LARANJA | | ARROZ, FEIJÃO, CARNE CUBOS COM BATATA, SALADA DE ABOBRINHA, SUCO DE MELÃO | | SOPA DE MACARRÃO, FRANGO, CARÁ, ABÓBORA E COUVE PÊRA | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| 195,52 | 34,00 | 9,00 | 3,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | 122,69 |
| 195,52 | 34,00 | 9,00 | 3,00 | 141,71 | 26,23 | 26,28 | 0,95 | | 122,69 |
| Segunda-Feira | 09/09/2024 | Terça-Feira | 10/09/2024 | Quarta-Feira | 11/9/2024 | Quinta-Feira | 12/9/2024 | Sexta-feira | 13/9/2024 |
| ARROZ, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM MANDIOCA, CENOURA SALADA DE ACELGA, SUCO DE LARANJA | | SOPA DE DE FUBÁ, CUBOS, MANDIOQUINHA, BRÓCOLIS E ABÓBORA MELÃO | | MACARRÃO COM FRANGO E LEGUMES, FEIJÃO SALADA DE CHICÓRIA, MAMÃO | | SOPA DE ARROZ, CARNE CUBOS, MANDIOCA, ABÓBORA E ABOBRINHA BANANA | | SOPA DE MACARRÃO, FRANGO, CARÁ, ABÓBORA E COUVE PÊRA | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| 197,21 | 35,00 | 11,00 | 3,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | 123,84 |
| 197,21 | 35,00 | 11,00 | 3,00 | 137,84 | 18,66 | 27,19 | 1,19 | | 123,84 |
| Segunda-Feira | 16/09/2024 | Terça-Feira | 17/09/2024 | Quarta-Feira | 18/9/2024 | Quinta-Feira | 19/9/2024 | Sexta-feira | 20/9/2024 |
| ARROZ, FEIJÃO, OVOS ESTALADOS AO MOLHO, SALADA DE CHICORIA, SUCO DE ABACAXI | | SOPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, BRÓCOLIS, CHUCHU E CARÁ MELANCIA | | SOPA DE ARROZ, CUBOS, INHAME, ALMEIRÃO E ABÓBORA LARANJA | | ARROZ, FEIJÃO, CUSCUZ DE FRANGO, SALADA DE TOMATE, SUCO DE MAÇÃ | | SOPA DE MACARRÃO, CARNE ISCAS, INHAME, CHUCHU E CENOURA MELAO | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| 192,03 | 34,00 | 10,00 | 3,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | 129,21 |
| 192,03 | 34,00 | 10,00 | 3,00 | 73,78 | 12,33 | 24,28 | 1,21 | | 129,21 |
| Segunda-Feira | 23/09/2024 | Terça-Feira | 24/09/2024 | Quarta-Feira | 25/9/2024 | Quinta-Feira | 26/9/2024 | Sexta-feira | 27/9/2024 |
| ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA, SALADA DE TOMATE E CHICÓRIA SUCO DE MELÃO | | SOPA DE MACARRÃO, FRANGO, CENOURA, MANDIOCA E VAGEM ABACAXI | | MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, FEIJÃO SALADA DE LEGUMES SUCO DE LIMÃO | | SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CUBOS, CENOURA, ABOBRINHA E ESCAROLA BANANA | | SOPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, CARÁ, ABÓBORA E ALMEIRÃO LARANJA | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| 204,74 | 38,00 | 10,00 | 2,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | 119,63 |
| 204,74 | 38,00 | 10,00 | 2,00 | 77,92 | 15,48 | 27,27 | 1,40 | | 119,63 |
| Segunda-Feira | 30/09/2024 | Terça-Feira | 01/10/2024 | Quarta-Feira | 2/10/2024 | Quinta-Feira | 3/10/2024 | Sexta-feira | 4/10/2024 |
| SOPA DE FUBÁ, CARNE ÍSCAS, BATATA, TOMATE E CHICÓRIA LARANJA | | | | | | | | | |
| Informação Nutricional (Média Semanal) | | | | | | | | | |
| Energia (kcal) | CHO (g) | Proteínas (g) | Gorduras Totais (g) | Vitaminas | | Minerais | | | |
| 51,02 | 11,00 | 3,00 | 1,00 | A (RE) | C (mg) | Ca (mg) | Fe (mg) | Sódio | 69,61 |
| 51,02 | 11,00 | 3,00 | 1,00 | 0,36 | 7,52 | 4,24 | 0,18 | | 69,61 |