

Segunda-Feira	02/12/2024	Terça-Feira	03/12/2024	Quarta-Feira	04/12/2024	Quinta-Feira	05/12/2024	Sexta-feira	06/12/2024	
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 (mg)	
212,41	32,37	6,58		6,61	195,73	2,43	184,59	1,13	151,38	
Segunda-Feira	09/12/2024	Terça-Feira	10/12/2024	Quarta-Feira	11/12/2024	Quinta-Feira	12/12/2024	Sexta-feira	13/12/2024	
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 (mg)	
296,12	49,21	9,61		7,24	182,39	13,87	192,84	1,14	254,27	
Segunda-Feira	16/12/2024	Terça-feira	17/12/2024	Quarta-Feira	18/12/2024	Quinta-feira	19/12/2024	Sexta-feira	20/12/2024	
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 (mg)	
271,96	46,80	8,00		6,19	236,54	13,42	186,45	1,29	228,52	
Segunda-Feira	23/12/2024	Terça-Feira	24/12/2024	Quarta-Feira	25/12/2024	Quinta-Feira	26/12/2024	Sexta-feira	27/12/2024	
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	30/12/2024	Terça-Feira	31/12/2024	Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-feira		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR								
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Segunda-Feira	02/12/2024	Terça-Feira	03/12/2024	Quarta-Feira	04/12/2024	Quinta-Feira	05/12/2024	Sexta-feira	06/12/2024
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		CONSELHO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) Sódio (mg)
244,40	39,63	7,70		6,58		170,84	16,24	182,39	0,90 213,52
Segunda-Feira	09/12/2024	Terça-Feira	10/12/2024	Quarta-Feira	11/12/2024	Quinta-Feira	12/12/2024	Sexta-feira	13/12/2024
LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO DE CENOURA COM MARGARINA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		SOLENIDADE		SOLENIDADE		RECESSO ESCOLAR	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) Sódio (mg)
271,68	43,08	8,78		7,17		259,38	3,04	223,66	1,04 283,55
Segunda-Feira	16/12/2024	Terça-feira	17/12/2024	Quarta-Feira	18/12/2024	Quinta-feira	19/12/2024	Sexta-feira	20/12/2024
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg) Fe (mg) Zn (mg)
Segunda-Feira	23/12/2024	Terça-Feira	24/12/2024	Quarta-Feira	25/12/2024	Quinta-Feira	26/12/2024	Sexta-feira	27/12/2024
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg) Fe (mg) Zn (mg)
Segunda-Feira	30/12/2024	Terça-Feira	31/12/2024	Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-feira	
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR							
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg) Fe (mg) Zn (mg)

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

Segunda-Feira	02/12/2024	Terça-Feira	03/12/2024	Quarta-Feira	04/12/2024	Quinta-Feira	05/12/2024	Sexta-feira	06/12/2024		
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		CONSELHO			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
244,40	39,63	7,70		6,58		170,84	16,24	182,39	0,90	213,52	
Segunda-Feira	09/12/2024	Terça-Feira	10/12/2024	Quarta-Feira	11/12/2024	Quinta-Feira	12/12/2024	Sexta-feira	13/12/2024		
LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO DE CENOURA COM MARGARINA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		SOLENIDADE		SOLENIDADE		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
271,68	43,08	8,78		7,17		259,38	3,04	223,66	1,04	283,55	
Segunda-Feira	16/12/2024	Terça-feira	17/12/2024	Quarta-Feira	18/12/2024	Quinta-feira	19/12/2024	Sexta-feira	20/12/2024		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	23/12/2024	Terça-Feira	24/12/2024	Quarta-Feira	25/12/2024	Quinta-Feira	26/12/2024	Sexta-feira	27/12/2024		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	30/12/2024	Terça-Feira	31/12/2024	Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-feira			
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR									
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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

Segunda-Feira	02/12/2024	Terça-Feira	03/12/2024	Quarta-Feira	04/12/2024	Quinta-Feira	05/12/2024	Sexta-feira	06/12/2024	
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		CONSELHO		
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
244,40	39,63	7,70		6,58	170,84	16,24	182,39	0,90	213,52	
Segunda-Feira	09/12/2024	Terça-Feira	10/12/2024	Quarta-Feira	11/12/2024	Quinta-Feira	12/12/2024	Sexta-feira	13/12/2024	
LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO DE CENOURA COM MARGARINA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		SOLENIDADE		SOLENIDADE		RECESSO ESCOLAR		
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
271,68	43,08	8,78		7,17	259,38	3,04	223,66	1,04	283,55	
Segunda-Feira	16/12/2024	Terça-feira	17/12/2024	Quarta-Feira	18/12/2024	Quinta-feira	19/12/2024	Sexta-feira	20/12/2024	
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	23/12/2024	Terça-Feira	24/12/2024	Quarta-Feira	25/12/2024	Quinta-Feira	26/12/2024	Sexta-feira	27/12/2024	
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	30/12/2024	Terça-Feira	31/12/2024	Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-feira		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR								
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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 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	02/12/2024	Terça-Feira	03/12/2024	Quarta-Feira	04/12/2024	Quinta-Feira	05/12/2024	Sexta-feira	06/12/2024
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		CACHORRO QUENTE SUCO DE TANGERINA MAÇÃ		CONSELHO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
293,54	47,32	9,26		10,46		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) Sódio (mg)
						30,04	15,68	26,83	1,08 290,32
Segunda-Feira	09/12/2024	Terça-Feira	10/12/2024	Quarta-Feira	11/12/2024	Quinta-Feira	12/12/2024	Sexta-feira	13/12/2024
ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, MAÇÃ REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, FAROFÁ DE LEGUMES (cenoura e abobrinha), SUCO DE MARACUJÁ REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		SOLEINIDADE		SOLEINIDADE		RECESSO ESCOLAR	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
277,37	54,67	12,37		3,22		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg) Sódio (mg)
						79,90	8,00	24,63	1,37 81,51
Segunda-Feira	16/12/2024	Terça-Feira	17/12/2024	Quarta-Feira	18/12/2024	Quinta-feira	19/12/2024	Sexta-feira	20/12/2024
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg) Fe (mg) Zn (mg)
Segunda-Feira	23/12/2024	Terça-Feira	24/12/2024	Quarta-Feira	25/12/2024	Quinta-Feira	26/12/2024	Sexta-feira	27/12/2024
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg) Fe (mg) Zn (mg)
Segunda-Feira	30/12/2024	Terça-Feira	31/12/2024	Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-feira	
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR							
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais	
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg) Fe (mg) Zn (mg)

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 23 - ENSINO FUNDAMENTAL I - 06 à 10 ANOS - MERENDA ITU**

**MERENDA MANHÃ: 9:30 às 9:45h / MERENDA TARDE: 15:00 às 15:30h**

Segunda-Feira	02/12/2024	Terça-Feira	03/12/2024	Quarta-Feira	04/12/2024	Quinta-Feira	05/12/2024	Sexta-feira	06/12/2024		
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		CACHORRO QUENTE SUCO DE TANGERINA MAÇÃ		CONSELHO			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
420,51	63,05	13,44		15,22		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
						48,58	17,48	34,44	1,47	492,63	
Segunda-Feira	09/12/2024	Terça-Feira	10/12/2024	Quarta-Feira	11/12/2024	Quinta-Feira	12/12/2024	Sexta-feira	13/12/2024		
ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, MAÇÃ REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, FAROFA DE LEGUMES (cenoura e abobrinha), SUCO DE MARACUJÁ REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		SOLENIDADE		SOLENIDADE		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
347,62	64,13	17,70		4,71		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
						117,30	8,38	31,23	1,73	98,37	
Segunda-Feira	16/12/2024	Terça-feira	17/12/2024	Quarta-Feira	18/12/2024	Quinta-feira	19/12/2024	Sexta-feira	20/12/2024		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	23/12/2024	Terça-Feira	24/12/2024	Quarta-Feira	25/12/2024	Quinta-Feira	26/12/2024	Sexta-feira	27/12/2024		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	30/12/2024	Terça-Feira	31/12/2024	Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-feira			
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR									
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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 23 - ENSINO FUNDAMENTAL II - 10 à 11 ANOS - MERENDA ITU

MERENDA MANHÃ: 9:30 às 9:45h / MERENDA TARDE: 15:00 às 15:30h

Segunda-Feira	02/12/2024	Terça-Feira	03/12/2024	Quarta-Feira	04/12/2024	Quinta-Feira	05/12/2024	Sexta-feira	06/12/2024		
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		CACHORRO QUENTE SUCO DE TANGERINA MAÇÃ		CONSELHO			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
420,51	63,05	13,44		15,22		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
						48,58	17,48	34,44	1,47	492,63	
Segunda-Feira	09/12/2024	Terça-Feira	10/12/2024	Quarta-Feira	11/12/2024	Quinta-Feira	12/12/2024	Sexta-feira	13/12/2024		
ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, MAÇÃ REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, FAROFÁ DE LEGUMES (cenoura e abobrinha), SUCO DE MARACUJÁ REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES		SOLENIDADE		SOLENIDADE		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
347,62	64,13	17,70		4,71		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
						117,30	8,38	31,23	1,73	98,37	
Segunda-Feira	16/12/2024	Terça-feira	17/12/2024	Quarta-Feira	18/12/2024	Quinta-feira	19/12/2024	Sexta-feira	20/12/2024		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	23/12/2024	Terça-Feira	24/12/2024	Quarta-Feira	25/12/2024	Quinta-Feira	26/12/2024	Sexta-feira	27/12/2024		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	30/12/2024	Terça-Feira	31/12/2024	Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-feira			
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR									
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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	02/12/2024	Terça-Feira	03/12/2024	Quarta-Feira	04/12/2024	Quinta-Feira	05/12/2024	Sexta-feira	06/12/2024		
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		CACHORRO QUENTE SUCO DE TANGERINA MAÇÃ			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
475,38	71,80	17,37		15,16		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
						113,32	33,33	54,94	2,27	457,14	
Segunda-Feira	09/12/2024	Terça-Feira	10/12/2024	Quarta-Feira	11/12/2024	Quinta-Feira	12/12/2024	Sexta-feira	13/12/2024		
ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, MAÇÃ		MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, FAROFÁ DE LEGUMES (cenoura e abobrinha), SUCO DE MARACUJÁ		CONSELHO		FORMATURA		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
408,19	75,14	21,22		5,54		A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
						117,80	9,06	36,77	2,05	106,69	
Segunda-Feira	16/12/2024	Terça-feira	17/12/2024	Quarta-Feira	18/12/2024	Quinta-feira	19/12/2024	Sexta-feira	20/12/2024		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	23/12/2024	Terça-Feira	24/12/2024	Quarta-Feira	25/12/2024	Quinta-Feira	26/12/2024	Sexta-feira	27/12/2024		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	30/12/2024	Terça-Feira	31/12/2024	Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-feira			
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR									
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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
DEZEMBRO

**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				
	2/12/2024	3/12/2024	4/12/2024	5/12/2024	6/12/2024				
<b>ALMOÇO</b>	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				
<b>SUCO E SOBREMESA</b>	SUCO DE LIMÃO MAÇÃ	SUCO DE MANGA ABACAXI	SUCO DE ACEROLA BANANA	SUCO DE TANGERINA MELANCIA	SUCO DE UVA MAMÃO				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
532,79		86,66	23,78	11,00	187,03	96,41	83,46	3,44	238,45

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
DEZEMBRO

**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		
	9/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024		
<b>ALMOÇO</b>	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE PEPINO COM CENOURA 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, SALSICHA AO MOLHO, PURE DE BATATAS SALADA DE FOLHAS MISTAS		
<b>SUCO/ SOBREMESA</b>	SUCO DE MARACUJÁ MAÇÃ	SUCO DE MORANGO MELÃO	SUCO DE GOIABA BANANA	SUCO DE LARANJA MAMÃO	SUCO DE MELANCIA ABACAXI		
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>							
<b>Energia (kcal)</b>		<b>Proteínas (g)</b>		<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>	
<b>CHO (g)</b>		<b>Gorduras Totais (g)</b>		<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
515,95		26,76		219,90	57,69	104,39	193,77

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
DEZEMBRO

**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				
	16/12/2024	17/12/2024	18/12/2024	19/12/2024	20/12/2024				
<b>ALMOÇO</b>	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	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES (abóbora e abobrinha), SALADA DE PEPINO				
<b>SUCO/ SOBREMESA</b>	SUCO DE UVA LARANJA	SUCO DE ABACAXI MELANCIA	SUCO DE LARANJA BANANA	SUCO DE ACEROLA MAMÃO	SUCO DE CAJU MELÃO				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
<b>Energia (kcal)</b>		<b>Proteínas (g)</b>		<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>			
<b>CHO (g)</b>		<b>Gorduras Totais (g)</b>		<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>		
513,14		23,79		15,71	186,62	30,03	64,19	2,90	277,13

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

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

Rótulos de Alimentos

Carolina Meneses Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.**



ENTIDADE APAE / AMAI
DEZEMBRO

**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					
	23/12/2024	24/12/2024	25/12/2024	26/12/2024	27/12/2024					
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
SUCO/ SOBREMESA	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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
DEZEMBRO

**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					
	30/12/2024	31/12/2024								
ALMOÇO	RECESSO	RECESSO								
SUCO/ SOBREMESA	RECESSO	RECESSO								
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	2/12/2024	3/12/2024	4/12/2024	5/12/2024	6/12/2024			
<b>CARDÁPIO 21</b> 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	CONSELHO			
<b>CARDÁPIO 29</b> 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	CONSELHO			
<b>CARDÁPIO 30</b> 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 SALSICHA AO MOLHO SUCO DE TANGERINA	CONSELHO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
				<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
1166,73	183,41	43,52	30,63	331,51	102,20	314,90	5,58	1335,28

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

DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	09/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024			
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO DE CENOURA COM MARGARINA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	SOLENIDADE	SOLENIDADE	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 29</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, MELANCIA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO BICOLOR, SUCO DE MARACUJA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	SOLENIDADE	SOLENIDADE	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 30</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO NATURAL DE CAJU REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE MORANGO REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	SOLENIDADE	SOLENIDADE	RECESSO			
Informação Nutricional (Média Semanal)								
<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
				<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
1066,16	186,26	43,58	31,72	420,92	49,14	281,50	4,02	997,65

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
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira						
	16/12/2024	17/12/2024	18/12/2024	19/12/2024	20/12/2024						
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>CARDÁPIO 29</b> Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>CARDÁPIO 30</b> Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>											
	Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas	Minerais				
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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 - 4ª semana**

EMEF INTEGRAL - REFORÇO
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira					
	23/12/2024	24/12/2024	25/12/2024	26/12/2024	27/12/2024					
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>CARDÁPIO 29</b> Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>CARDÁPIO 30</b> Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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

DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira					
	30/12/2024	31/12/2024								
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 29</b> Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 30</b> Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO								
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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
DEZEMBRO

CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	2/12/2024	3/12/2024	4/12/2024	5/12/2024	6/12/2024
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	MELAO	SALADA DE FRUTAS	MELANCIA	BANANA COM AVEIA	CONSELHO
<b>CARDÁPIO 21</b> 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	CONSELHO
<b>CARDÁPIO 27</b> 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	CONSELHO
<b>CARDÁPIO 28</b> 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 SALSICHA AO MOLHO SUCO DE TANGERINA	CONSELHO

Informação Nutricional (Média Semanal)

Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
898,87	150,52	30,90	23,00	377,66	194,07	359,75	4,20	789,27

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
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	09/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024			
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	LARANJA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	MELÃO REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	SOLENIDADE	SOLENIDADE	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO DE CENOURA COM MARGARINA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	SOLENIDADE	SOLENIDADE	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, MELANCIA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO BICOLOR, SUCO DE MARACUJA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	SOLENIDADE	SOLENIDADE	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO DE CAJU REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE MORANGO REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	SOLENIDADE	SOLENIDADE	RECESSO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
987,81	130,53	29,71	28,23	397,93	75,62	275,29	3,05	550,70

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

EMEI REDE SABER

DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira					
	16/12/2024	17/12/2024	18/12/2024	19/12/2024	20/12/2024					
CARDÁPIO 31 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
CARDÁPIO 21 09:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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**

EMEI REDE SABER
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	23/12/2024	24/12/2024	25/12/2024	26/12/2024	27/12/2024
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO

Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	30/12/2024	31/12/2024			
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO			

Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.**

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar

## CARDÁPIOS EMEF EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	2/12/2024	3/12/2024	4/12/2024	5/12/2024	6/12/2024			
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	MELAO	SALADA DE FRUTAS	MELANCIA	BANANA COM AVEIA	CONSELHO			
<b>CARDÁPIO 21</b> 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	CONSELHO			
<b>CARDÁPIO 29</b> 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 MÓIDA SALADA DE FOLHAS MISTAS (rucula e repolho) BANANA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL AO VINAGRETE, SALADA DE ALMEIRAO LARANJA	CONSELHO			
<b>CARDÁPIO 30</b> 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 SALSICHA AO MOLHO SUCO DE TANGERINA	CONSELHO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
1314,13	213,48	47,55	32,46	<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
				436,31	198,25	386,87	6,53	1331,46

Fontes: TACO 4ª Edição 2011

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

Rótulos de Alimentos

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	09/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	LARANJA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	MELÃO REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	SOLENIDADE	SOLENIDADE	RECESSO
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO DE CENOURA COM MARGARINA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	SOLENIDADE	SOLENIDADE	RECESSO
<b>CARDÁPIO 29</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, MELANCIA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO COM LEGUMES SALADA DE REPOLHO BICOLOR, SUCO DE MARACUJA REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	SOLENIDADE	SOLENIDADE	RECESSO
<b>CARDÁPIO 30</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO DE CAJU REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE MOÍDA E CEBOLA, SUCO DE MORANGO REUNIÃO DE PAIS COM ATIVIDADES	SOLENIDADE	SOLENIDADE	RECESSO

Informação Nutricional (Média Semanal)								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
1025,25	187,39	47,06	32,41	456,92	75,93	298,70	4,62	874,56

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
	16/12/2024	17/12/2024	18/12/2024	19/12/2024	20/12/2024
CARDÁPIO 31 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
CARDÁPIO 21 09:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO

Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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 - 4ª semana

EMEF REDE SABER
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	23/12/2024	24/12/2024	25/12/2024	26/12/2024	27/12/2024
CARDÁPIO 31 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
CARDÁPIO 21 09:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO

Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)

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
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira					
	30/12/2024	31/12/2024								
<b>CARDÁPIO 31</b> 6:45	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 21</b> 09:00	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 29</b> Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 30</b> Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO								
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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			
	2/12/2024	3/12/2024	4/12/2024	5/12/2024	6/12/2024			
<b>CARDÁPIO 1</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 2</b> Colação 10:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 3</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 4</b> Lanche da Tarde 14:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 5</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
				<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
729,35	80,00	16,00	38,00	826,50	159,50	551,00	7,98	536,5

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			
	09/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024			
<b>CARDÁPIO 1</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 2</b> Colação 10:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 3</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 4</b> Lanche da Tarde 14:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>CARDÁPIO 5</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
				<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
729,35	80,00	16,00	38,00	826,50	159,50	551,00	7,98	536,5

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			
	16/12/2024	17/12/2024	18/12/2024	19/12/2024	20/12/2024			
<b>CARDÁPIO 1</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 2</b> Colação 10:00	FÓRMULA 1	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 3</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 4</b> Lanche da Tarde 14:30	FÓRMULA 1	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 5</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
				<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
729,35	80,00	16,00	38,00	826,50	159,50	551,00	7,98	536,5

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					
	23/12/2024	24/12/2024	25/12/2024	26/12/2024	27/12/2024					
<b>CARDÁPIO 1</b> Desjejum 7:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>CARDÁPIO 2</b> Colação 10:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>CARDÁPIO 3</b> Almoço 12:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>CARDÁPIO 4</b> Lanche da Tarde 14:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>CARDÁPIO 5</b> Jantar 16:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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





Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira					
	30/12/2024	31/12/2024								
CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30	RECESSO	RECESSO								
CARDÁPIO 2 Colação 10:00	RECESSO	RECESSO								
CARDÁPIO 3 Almoço 12:00	RECESSO	RECESSO								
CARDÁPIO 4 Lanche da Tarde 14:30	RECESSO	RECESSO								
CARDÁPIO 5 Jantar 16:00	RECESSO	RECESSO								
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas	Minerais				
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	2/12/2024	3/12/2024	4/12/2024	5/12/2024	6/12/2024				
<b>CARDÁPIO 6</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>CARDÁPIO 7</b> 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				
<b>CARDÁPIO 8</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>CARDÁPIO 9</b> Lanche da Tarde 14:30	PAPA DE PÊRA	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE BANANA	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE BANANA				
<b>CARDÁPIO 10</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
649,24		81,70	19,17	27,61	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					704,62	132,01	422,68	6,87	422,25

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				
	09/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024				
<b>CARDÁPIO 6</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>CARDÁPIO 7</b> 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				
<b>CARDÁPIO 8</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>CARDÁPIO 9</b> Lanche da Tarde 14:30	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE PÊRA	PAPA DE BANANA	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE BANANA				
<b>CARDÁPIO 10</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
677,46		84,00	19,00	29,00	705,06	136,10	428,44	6,89	447,9

Fontes: Taco 4ª Edição 2011

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

Rótulos de Alimentos

F1: Fórmula láctea 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			
	16/12/2024	17/12/2024	18/12/2024	19/12/2024	20/12/2024			
<b>CARDÁPIO 6</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 7</b> Colação 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, BATATA E ABOBRINHA	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 8</b> Almoço 12:00	FÓRMULA 1	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 9</b> Lanche da Tarde 14:30	PAPA DE MAÇÃ	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 10</b> Jantar 16:00	FÓRMULA 1	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
<b>Energia (kcal)</b>	<b>CHO (g)</b>	<b>Proteínas (g)</b>	<b>Gorduras Totais (g)</b>	<b>Vitaminas</b>		<b>Minerais</b>		
681,07	84,96	19,41	29,10	<b>A (RE)</b>	<b>C (mg)</b>	<b>Ca (mg)</b>	<b>Fe (mg)</b>	<b>Sódio (mg)</b>
				609,50	124,88	419,24	6,92	446,72

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



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira						
	23/12/2024	24/12/2024	25/12/2024	26/12/2024	27/12/2024						
<b>CARDÁPIO 6</b> Desjejum 7:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>CARDÁPIO 7</b> Colação 10:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>CARDÁPIO 8</b> Almoço 12:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>CARDÁPIO 9</b> Lanche da Tarde 14:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>CARDÁPIO 10</b> Jantar 16:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>											
Energia (kcal)		CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira					
	30/12/2024	31/12/2024								
<b>CARDÁPIO 6</b> Desjejum 7:30	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 7</b> Colação 10:00	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 8</b> Almoço 12:00	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 9</b> Lanche da Tarde 14:30	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 10</b> Jantar 16:00	RECESSO	RECESSO								
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	2/12/2024	3/12/2024	4/12/2024	5/12/2024	6/12/2024				
<b>CARDÁPIO 11</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAMÃO	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + MELÃO	FÓRMULA 2 + PÊRA	FÓRMULA 2 + BANANA				
<b>CARDÁPIO 12</b> Colação 9:00	PÊRA	SUCO DE LARANJA COM CENOURA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MARACUJA COM LARANJA LIMA				
<b>CARDÁPIO 13</b> 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				
<b>CARDÁPIO 14</b> Lanche da tarde 13:00	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2				
<b>CARDÁPIO 15</b> 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				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
716,75		102,69	23,58	24,93	715,85	128,52	464,34	7,82	322,04

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				
	9/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024				
<b>CARDÁPIO 11</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + MAMÃO	FÓRMULA 2 + BANANA	FÓRMULA 2 + MELÃO	FÓRMULA 2 + PÊRA				
<b>CARDÁPIO 12</b> Colação 9:00	MAMÃO	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MORANGO COM LARANJA	SUCO DE ABACAXI				
<b>CARDÁPIO 13</b> 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				
<b>CARDÁPIO 14</b> Lanche da tarde 13:00	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2	FÓRMULA 2				
<b>CARDÁPIO 15</b> 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 ARROZ, CARNE CUBOS, MANDIOCA, ABÓBORA E ABOBRINHA, PERA	PAPA DE FUBÁ, FIGADO, CENOURA, INHAME E CHUCHU MAÇÃ				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
668,29		102,00	22,00	20,00	997,81	129,01	462,64	7,84	305,1

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				
	16/12/2024	17/12/2024	18/12/2024	19/12/2024	20/12/2024				
<b>CARDÁPIO 11</b> Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAMÃO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
<b>CARDÁPIO 12</b> Colação 9:00	SUCO DE ACEROLA	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
<b>CARDÁPIO 13</b> Almoço 10:00	PAPA DE ARROZ, FRANGO, BATATA, BERINJELA E ABOBRINHA, MAÇÃ	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
<b>CARDÁPIO 14</b> Lanche da tarde 13:00	FÓRMULA 2	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
<b>CARDÁPIO 15</b> Jantar 15:00	PAPA DE FUBÁ, OVO, CALDO DE FEIJÃO, INHAME, ABÓBORA E CHICÓRIA, ABACAXI	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
676,17		97,26	24,69	22,11	643,34	379,73	466,88	7,99	370,03

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						
	23/12/2024	24/12/2024	25/12/2024	26/12/2024	27/12/2024						
<b>CARDÁPIO 11</b> Desjejum 7:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>CARDÁPIO 12</b> Colação 9:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>CARDÁPIO 13</b> Almoço 10:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>CARDÁPIO 14</b> Lanche da tarde 13:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>CARDÁPIO 15</b> Jantar 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO						
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>											
Energia (kcal)		CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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.**

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista CRN 316089  
Alimentação Escolar



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	30/12/2024	31/12/2024			
<b>CARDÁPIO 11</b> Desjejum 7:30	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 12</b> Colação 9:00	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 13</b> Almoço 10:00	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 14</b> Lanche da tarde 13:00	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 15</b> Jantar 15:00	RECESSO	RECESSO			

Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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 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.**



**CARDÁPIO 16 à 20 - CRIANÇAS DE 01 à 03 ANOS**  
**MERENDA ITU - 1ª semana**



Refeição	Segunda-Feira 2/12/2024	Terça-Feira 3/12/2024	Quarta-Feira 4/12/2024	Quinta-Feira 5/12/2024	Sexta-feira 6/12/2024			
<b>CARDÁPIO 16</b> 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			
<b>CARDÁPIO 17</b> Colação 9:00	PÊRA	SUCO DE LARANJA COM CENOURA	CREME DE ABACATE	MELANCIA	SUCO DE MARACUJA			
<b>CARDÁPIO 18</b> 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			
<b>CARDÁPIO 19</b> Lanche da tarde 13:00	SUCO DE GOIABA PÃO DE CENOURA COM CARNE DESEFIADA 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% BANANA			
<b>CARDÁPIO 20</b> 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			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Minerais Fe (mg)	Sódio (mg)
896,63	130,22	34,32	57,99	525,27	34,31	447,02	4,09	483,22

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.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRM 316089  
Alimentação Escolar

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.**



**CARDÁPIO 16 à 20 - CRIANÇAS DE 01 à 03 ANOS**  
**MERENDA ITU - 2ª semana**



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	9/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024			
<b>CARDÁPIO 16</b> Desjejum 7:30	MINGAU DE AVEIA + MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE FORMA COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32% BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM REQUEIJÃO			
<b>CARDÁPIO 17</b> Colação 9:00	MAMÃO	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MORANGO COM LARANJA	MELÃO			
<b>CARDÁPIO 18</b> 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			
<b>CARDÁPIO 19</b> Lanche da tarde 13:00	SUCO DE ACÉROLA PÃO INTEGRAL COM CARNE DESMIADA, CEBOLA E TOMATE	CHÁ DE HORTELÃ TORTA DE CARNE MOÍDA (tomate e cenoura)	SUCO DE UVA PÃO COM CARNE DESMIADA E CENOURA RALADA	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja e melão)	CACHORRO QUENTE SUCO DE TANGERINA			
<b>CARDÁPIO 20</b> 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			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais	
889,31		148,00	36,00	18,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
					722,94	133,36	282,36	4,54
								Sódio (mg)
								588,64

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.**

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRN 316089  
Alimentação Escolar



CARDÁPIO 16 à 20 - CRIANÇAS DE 01 à 03 ANOS  
MERENDA ITU - 3ª semana



Refeição	Segunda-Feira 16/12/2024	Terça-Feira 17/12/2024	Quarta-Feira 18/12/2024	Quinta-Feira 19/12/2024	Sexta-feira 20/12/2024
CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAÇÃ	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
CARDÁPIO 17 Colação 9:00	SUCO DE ACEROLA	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
CARDÁPIO 18 Almoço 10:30	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, LARANJA	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00	SUCO DE UVA PÃO DE FORMA COM QUEIJO E TOMATE	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
CARDÁPIO 20 Jantar 15:00	ARROZ, FEIJÃO, OVOS ESTALADOS AO MOLHO, SALADA DE CHICORIA, SUCO DE ABACAXI	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO

Informação Nutricional (Média Semanal)								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
1007,18	155,81	43,82	23,96	285,37	321,11	574,52	5,46	729,65

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.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista, CRM 316089  
Alimentação Escolar



**CARDÁPIO 16 à 20 - CRIANÇAS DE 01 à 03 ANOS**  
**MERENDA ITU - 4ª semana**



Refeição	Segunda-Feira 23/12/2024	Terça-Feira 24/12/2024	Quarta-Feira 25/12/2024	Quinta-Feira 26/12/2024	Sexta-feira 27/12/2024
<b>CARDÁPIO 16</b> Desjejum 7:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
<b>CARDÁPIO 17</b> Colação 9:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
<b>CARDÁPIO 18</b> Almoço 10:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
<b>CARDÁPIO 19</b> Lanche da tarde 13:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
<b>CARDÁPIO 20</b> Jantar 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO

Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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.

Carolina Mendes Alves  
 Nutricionista  
 CRM 316089  
 Alimentação Escolar

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.**



**CARDÁPIO 16 à 20 - CRIANÇAS DE 01 à 03 ANOS**  
MERENDA ITU - 5ª semana



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira					
	30/12/2024	31/12/2024								
<b>CARDÁPIO 16</b> Desjejum 7:30	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 17</b> Colação 9:00	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 18</b> Almoço 10:30	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 19</b> Lanche da tarde 13:00	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 20</b> Jantar 15:00	RECESSO	RECESSO								
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas	Minerais				
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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.

Carolina Mendes Alves  
Nutricionista - CRM 316089  
Alimentação Escolar

**CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.**





FUTURA GUIA DA LUZ
DEZEMBRO

**CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS**

**MERENDA ITU - 1ª semana**

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	2/12/2024	3/12/2024	4/12/2024	5/12/2024	6/12/2024				
<b>CARDÁPIO 21</b> 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				
<b>CARDÁPIO 31</b> Colação 10:00	SALADA DE FRUTAS	SUCO DE LARANJA COM CENOURA	CREME DE ABACATE	MELANCIA	SUCO DE MARACUJA				
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	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), ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE CARNE MOIDA SALADA DE FOLHAS MISTAS (rucula e repolho) BANANA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL AO VINAGRETE SALADA DE ALMEIRAO MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM CENOURA, TOMATE E CEBOLA SALADA DE ACELGA E CHEIRO VERDE MAMÃO				
<b>CARDÁPIO 28</b> 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 LARANJA	PÃO DE LEITE COM SALSICHA AO MOLHO SUCO DE TANGERINA	PÃO DE CENOURA COM PERNIL ACEBOLADO, SUCO DE UVA				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
869,90		140,46	32,32	20,96	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					349,04	60,78	353,82	3,56	735,16

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**

FUTURA GUIA DA LUZ
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	9/12/2024	10/12/2024	11/12/2024	12/12/2024	13/12/2024				
<b>CARDÁPIO 21</b> 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%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA				
<b>CARDÁPIO 31</b> Colação 10:00	MAMÃO	SUCO DE LARANJA COM BETERRABA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MORANGO COM LARANJA	MELÃO				
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO PRETO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA DE PEPINO COM CENOURA RALADA, 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 LARANJA				
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE CENOURA COM FRANGO AO VINAGRETE, SUCO DE LARANJA	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 MAÇÃ				
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
800,14		134,00	30,00	17,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					376,71	102,73	307,17	3,51	598,32

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
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	16/12/2024	17/12/2024	18/12/2024	19/12/2024	20/12/2024			
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 31</b> Colação 10:00	SUCO DE ACEROLA	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, LARANJA	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE ABACAXI	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO			
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
				A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
743,03	125,71	25,96	14,66	253,89	312,47	306,73	3,38	501,75

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
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira					
	23/12/2024	24/12/2024	25/12/2024	26/12/2024	27/12/2024					
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>CARDÁPIO 31</b> Colação 10:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO					
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas	Minerais				
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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

FUTURA GUIA DA LUZ
DEZEMBRO

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira					
	30/12/2024	31/12/2024								
<b>CARDÁPIO 21</b> Desjejum 6:45	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 31</b> Colação 10:00	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 27</b> Almoço 11:30	RECESSO	RECESSO								
<b>CARDÁPIO 28</b> Lanche tarde 15:00	RECESSO	RECESSO								
<b>Informação Nutricional (Média Semanal)</b>										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas	Minerais				
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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.**



CARDÁPIO 22 - ENSINO INFANTIL - 04 à 05 ANOS - MERENDA ITU

MERENDA MANHÃ: 9:30 às 9:45h

EMEI / CRECHE  
DEZEMBRO

Segunda-Feira	02/12/2024	Terça-Feira	03/12/2024	Quarta-Feira	04/12/2024	Quinta-Feira	05/12/2024	Sexta-feira	06/12/2024		
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 MOÍDA 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			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
273,12	49,31	11,97		3,94		122,69	20,11	35,30	1,51	85,16	
Segunda-Feira	09/12/2024	Terça-Feira	10/12/2024	Quarta-Feira	11/12/2024	Quinta-Feira	12/12/2024	Sexta-feira	13/12/2024		
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			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
265,35	48,00	12,00		4,00		97,63	21,64	31,09	1,24	72,66	
Segunda-Feira	16/12/2024	Terça-Feira	17/12/2024	Quarta-Feira	18/12/2024	Quinta-Feira	19/12/2024	Sexta-feira	20/12/2024		
ARROZ, STROGONOFF DE CARNE, BATATA SAUTÉE SALADA DE ALFACE COM CHEIRO VERDE, LARANJA		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
245,80	43,69	11,56		2,93		65,22	49,62	40,34	1,06	69,41	
Segunda-Feira	23/12/2024	Terça-Feira	24/12/2024	Quarta-Feira	25/12/2024	Quinta-Feira	26/12/2024	Sexta-feira	27/12/2024		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR			
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	30/12/2024	Terça-Feira	31/12/2024	Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-feira			
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR									
Informação Nutricional (Média Semanal)											
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)		Vitaminas		Minerais			
						A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)

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

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.

Segunda-Feira	02/12/2024	Terça-Feira	03/12/2024	Quarta-Feira	04/12/2024	Quinta-Feira	05/12/2024	Sexta-feira	06/12/2024	
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			
197,19	34,45	10,84		2,13	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
					139,82	34,17	35,56	1,36	67,39	
Segunda-Feira	09/12/2024	Terça-Feira	10/12/2024	Quarta-Feira	11/12/2024	Quinta-Feira	12/12/2024	Sexta-feira	13/12/2024	
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			
239,58	43,00	12,00		2,00	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
					151,84	28,09	34,78	1,37	124,65	
Segunda-Feira	16/12/2024	Terça-Feira	17/12/2024	Quarta-Feira	18/12/2024	Quinta-Feira	19/12/2024	Sexta-feira	20/12/2024	
ARROZ, FEIJÃO, OVOS ESTALADOS AO MOLHO, SALADA DE CHICÓRIA, SUCO DE ABACAXI		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)		Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
339,71	59,12	13,41		5,88	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)	
					41,02	26,22	69,48	2,55	135,90	
Segunda-Feira	23/12/2024	Terça-Feira	24/12/2024	Quarta-Feira	25/12/2024	Quinta-Feira	26/12/2024	Sexta-feira	27/12/2024	
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR		
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)
Segunda-Feira	30/12/2024	Terça-Feira	31/12/2024	Quarta-Feira		Quinta-Feira		Sexta-feira		
RECESSO ESCOLAR		RECESSO ESCOLAR								
Informação Nutricional (Média Semanal)										
Energia (kcal)	CHO (g)	Fibras (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais			
					A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Mg (mg)	Fe (mg)	Zn (mg)