



CARDÁPIO 21 - ENTIDADE 1 A 30 ANOS - MERENDA ITU

HORÁRIO: 06:45 às 7:00h

DESJEJUM AMAI. APAE

FEVEREIRO 2025

Segunda-Feira	03/02/2025	Terça-Feira	04/02/2025	Quarta-Feira	05/02/2025	Quinta-Feira	06/02/2025	Sexta-feira	07/02/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		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)
293,88		48,65	9,59	7,22	187,71	4,09	189,76	1,14	255,37
Segunda-Feira	10/02/2025	Terça-Feira	11/02/2025	Quarta-Feira	12/02/2025	Quinta-Feira	13/02/2025	Sexta-feira	14/02/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL DE CENOURA COM MARGARINA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA		MINGAU DE AVEIA, MAÇÃ		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)
234,08		36,55	6,67	13,22	223,30	12,21	186,91	1,35	156,24
Segunda-Feira	17/02/2025	Terça-feira	18/02/2025	Quarta-Feira	19/02/2025	Quinta-feira	20/02/2025	Sexta-feira	21/02/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL		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)
230,68		36,58	6,77	6,72	222,24	12,20	189,44	1,35	152,88
Segunda-Feira	24/02/2025	Terça-feira	25/02/2025	Quarta-Feira	26/02/2025	Quinta-feira	27/02/2025	Sexta-Feira	28/02/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		MINGAU DE AVEIA, BANANA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, 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 (mg)
220,92		34,86	6,36	12,64	236,54	13,42	186,51	1,29	123,62

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 21 - ENSINO FUNDAMENTAL I - 06 A 11 ANOS - MERENDA ITU

HORÁRIO: 06:45 às 7:00h

DESJEJUM EMEF
FEVEREIRO 2025

Segunda-Feira	03/02/2025	Terça-Feira	04/02/2025	Quarta-Feira	05/02/2025	Quinta-Feira	06/02/2025	Sexta-feira	07/02/2025
PLANEJAMENTO		PLANEJAMENTO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		MINGAU DE AVEIA, BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
238,18		38,39	8,10	6,05	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
202,28					181,37	3,46	159,22	1,00	202,28
Segunda-Feira	10/02/2025	Terça-Feira	11/02/2025	Quarta-Feira	12/02/2025	Quinta-Feira	13/02/2025	Sexta-feira	14/02/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL DE CENOURA COM MARGARINA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA		MINGAU DE AVEIA, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
217,68		32,24	6,36	17,09	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
158,95					188,46	12,19	184,69	1,09	158,95
Segunda-Feira	17/02/2025	Terça-feira	18/02/2025	Quarta-Feira	19/02/2025	Quinta-feira	20/02/2025	Sexta-feira	21/02/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL		MINGAU DE AVEIA, BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
212,25		32,28	6,52	6,68	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
153,58					191,58	12,19	188,75	1,09	153,58
Segunda-Feira	24/02/2025	Terça-feira	25/02/2025	Quarta-Feira	26/02/2025	Quinta-feira	27/02/2025	Sexta-Feira	28/02/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		MINGAU DE AVEIA, BANANA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
204,52		30,54	6,05	16,52	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
126,34					204,70	13,41	184,29	1,03	126,34

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



CARDÁPIO 21- ENSINO INFANTIL - 04 à 05 ANOS - MERENDA ITU

HORÁRIO: 06:45 às 7:00h

DESJEJUM EMEI
FEVEREIRO 2025

Segunda-Feira	03/02/2025	Terça-Feira	04/02/2025	Quarta-Feira	05/02/2025	Quinta-Feira	06/02/2025	Sexta-feira	07/02/2025
PLANEJAMENTO		PLANEJAMENTO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		MINGAU DE AVEIA, BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
218,25		34,25	7,73	5,83	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
154,85		3,44		156,94			0,75		200,04
Segunda-Feira	10/02/2025	Terça-Feira	11/02/2025	Quarta-Feira	12/02/2025	Quinta-Feira	13/02/2025	Sexta-feira	14/02/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL DE CENOURA COM MARGARINA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA		MINGAU DE AVEIA, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
197,70		27,93	6,06	16,92	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
156,63		12,18		182,44			0,83		156,31
Segunda-Feira	17/02/2025	Terça-feira	18/02/2025	Quarta-Feira	19/02/2025	Quinta-feira	20/02/2025	Sexta-feira	21/02/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL		MINGAU DE AVEIA, BANANA	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
192,27		27,96	6,21	6,51	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
159,74		12,18		186,49			0,83		150,93
Segunda-Feira	24/02/2025	Terça-feira	25/02/2025	Quarta-Feira	26/02/2025	Quinta-feira	27/02/2025	Sexta-Feira	28/02/2025
LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ		MINGAU DE AVEIA, BANANA		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO		LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
184,54		26,23	5,75	16,34	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
172,87		13,39		182,04			0,77		123,70

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.

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	03/02/2025	Terça-Feira	04/02/2025	Quarta-Feira	05/02/2025	Quinta-Feira	06/02/2025	Sexta-feira	07/02/2025
PLANEJAMENTO		PLANEJAMENTO		MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e vagem) BANANA		PÃO COM PERNIL AO VINAGRETE SUCO DE GOIABA MAMÃO		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, FEIJÃO SALADA DE ALFACE COM RUCULA E CEBOLA	
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)
241,40		43,32	9,71	2,90	127,38	25,46	24,12	0,82	167,31
Segunda-Feira	10/02/2025	Terça-Feira	11/02/2025	Quarta-Feira	12/02/2025	Quinta-Feira	13/02/2025	Sexta-feira	14/02/2025
ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM TOMATE E ABOBRINHA SALADA MIX (DE REPOLHO ROXO, BRANCO E CENOURA RALADA)		MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, BATATA SALTEADA SALADA DE ACELGA COM AGRIAO SUCO DE MANGA		ARROZ, CARNE ÍSCAS, CREME DE MILHO SALADA DE ALFACE COM TOMATE UVA		PÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA RALADA SUCO DE UVA BANANA		ARROZ, FEIJÃO PRETO, LOMBO SUINO, FAROFA DE COUVE SALADA DE ABOBRINHA 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)
287,18		50,22	11,87	6,50	92,26	25,22	39,66	1,53	155,95
Segunda-Feira	17/02/2025	Terça-feira	18/02/2025	Quarta-Feira	19/02/2025	Quinta-feira	20/02/2025	Sexta-Feira	21/02/2025
ARROZ, TORTA MADALENA DE FRANGO SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE SUCO DE MARACUJÁ		ARROZ, FEIJÃO MEXICANO (carne moida, tomate e cebola), FAROFA DE ABOBRINHA COM MILHO SALADA DE CATALONIA MELÃO		MACARRÃO COM ATUM, SALADA DE MAIONESE (batata e cenoura) UVA		PÃO COM PATE DE FRANGO COM ALFACE SUCO DE CAJÚ BANANA		ARROZ, TUTU DE FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA ALMEIRÃO COM CEBOLA	
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)
297,53		52,71	12,16	5,59	86,99	20,17	33,38	1,70	208,52
Segunda-Feira	24/02/2025	Terça-feira	25/02/2025	Quarta-Feira	26/02/2025	Quinta-feira	27/02/2025	Sexta-Feira	28/02/2025
POLENATA COM SALSICHA AO MOLHO COM LEGUMES, SALADA BICOLOR (cenoura e beterraba raladas) MAÇÃ		ARROZ, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA PEPINO		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface e acelga) SUCO DE LARANJA		PÃO COM CARNE DESFIADA, CENOURA E TOMATE SUCO DE MORANGO BANANA		ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), COUVE REFOGADA 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 (mg)
241,40		43,32	9,71	2,90	127,38	25,46	24,12	1,43	208,73

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 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	03/02/2025	Terça-Feira	04/02/2025	Quarta-Feira	05/02/2025	Quinta-Feira	06/02/2025	Sexta-feira	07/02/2025
PLANEJAMENTO		PLANEJAMENTO		MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e vagem) BANANA		PÃO COM PERNIL AO VINAGRETE SUCO DE GOIABA MAMÃO		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, FEIJÃO SALADA DE ALFACE COM RUCULA E CEBOLA	
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)
353,15		91,80	14,60	4,43		136,85	33,72	28,75	1,11 276,63
Segunda-Feira	10/02/2025	Terça-Feira	11/02/2025	Quarta-Feira	12/02/2025	Quinta-Feira	13/02/2025	Sexta-feira	14/02/2025
ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM TOMATE E ABOBRINHA SALADA MIX (DE REPOLHO ROXO, BRANCO E CENOURA RALADA)		MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, BATATA SALTEADA SALADA DE ACELGA COM AGRIAO SUCO DE MANGA		ARROZ, CARNE ÍSCAS, CREME DE MILHO SALADA DE ALFACE COM TOMATE UVA		PÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA RALADA SUCO DE UVA BANANA		ARROZ, FEIJÃO PRETO, LOMBO SUINO, FAROFA DE COUVE SALADA DE ABOBRINHA LARRANJA	
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)
397,17		66,60	17,52	9,89		109,80	31,68	52,09	2,09 242,72
Segunda-Feira	17/02/2025	Terça-feira	18/02/2025	Quarta-Feira	19/02/2025	Quinta-feira	20/02/2025	Sexta-Feira	21/02/2025
ARROZ, TORTA MADALENA DE FRANGO SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE SUCO DE MARACUJÁ		ARROZ, FEIJÃO MEXICANO (carne moida, tomate e cebola), FAROFA DE ABOBRINHA COM MILHO SALADA DE CATALONIA MELÃO		MACARRÃO COM ATUM, SALADA DE MAIONESE (batata e cenoura) UVA		PÃO COM PATE DE FRANGO COM ALFACE SUCO DE CAJÚ BANANA		ARROZ, TUTU DE FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA ALMEIRÃO COM CEBOLA	
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)
408,94		70,15	17,63	7,48		118,47	22,58	44,07	2,27 315,42
Segunda-Feira	24/02/2025	Terça-feira	25/02/2025	Quarta-Feira	26/02/2025	Quinta-feira	27/02/2025	Sexta-Feira	28/02/2025
POLENTEA COM SALSICHA AO MOLHO COM LEGUMES, SALADA BICOLOR (cenoura e beterraba raladas) MAÇÃ		ARROZ, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA PEPINO		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface e acelga) SUCO DE LARANJA		PÃO COM CARNE DESFIADA, CENOURA E TOMATE SUCO DE MORANGO BANANA		ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), COUVE REFOGADA 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 (mg)
386,36		63,57	15,17	7,54		136,57	15,81	41,16	2,02 335,94

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 24 - EJA 18 à 60 anos - MERENDA ITU
MERENDA MANHÃ: 9:30h / MERENDA TARDE: 15:00h / MERENDA NOITE: 20:30h

Segunda-Feira	03/02/2025	Terça-Feira	04/02/2025	Quarta-Feira	05/02/2025	Quinta-Feira	06/02/2025	Sexta-feira	07/02/2025
PLANEJAMENTO		PLANEJAMENTO		MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e vagem) BANANA		RISOTO DE FRANGO COM LEGUMES, FEIJÃO SALADA DE ALFACE COM RUCULA E CEBOLA		PÃO COM PERNIL AO VINAGRETE SUCO DE GOIABA 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)
385,86		67,03	16,61	4,74	136,98	33,72	29,83	1,23	280,40
Segunda-Feira	10/02/2025	Terça-Feira	11/02/2025	Quarta-Feira	12/02/2025	Quinta-Feira	13/02/2025	Sexta-feira	14/02/2025
ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM TOMATE E ABOBRINHA SALADA MIX (DE REPOLHO ROXO, BRANCO E CENOURA RALADA)		MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, BATATA SALTEADA SALADA DE ACELGA COM AGRIÃO SUCO DE MANGA		ARROZ, CARNE ÍSCAS, CREME DE MILHO SALADA DE ALFACE COM TOMATE LARANJA		ARROZ, FEIJÃO PRETO, LOMBO SUÍNO, FAROFA DE COUVE SALADA DE ABOBRINHA UVA		PÃO COM CARNE MOÍDA AO MOLHO COM CENOURA RALADA SUCO DE UVA 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)
438,11		73,63	19,80	8,93	109,84	30,94	54,85	2,34	244,27
Segunda-Feira	17/02/2025	Terça-feira	18/02/2025	Quarta-Feira	19/02/2025	Quinta-feira	20/02/2025	Sexta-Feira	21/02/2025
ARROZ, TORTA MADALENA DE FRANGO SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE SUCO DE MARACUJÁ		ARROZ, FEIJÃO MEXICANO (carne molda, tomate e cebola), FAROFA DE ABOBRINHA COM MILHO SALADA DE CATALONIA MELÃO		MACARRÃO COM ATUM, SALADA DE MAIONESE (batata e cenoura) UVA		ARROZ, TUTU DE FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA ALMEIRÃO COM CEBOLA		PÃO COM PATE DE FRANGO COM ALFACE SUCO DE CAJÚ 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)
458,11		77,66	20,55	8,17	118,61	22,58	47,92	2,60	327,25
Segunda-Feira	24/02/2025	Terça-feira	25/02/2025	Quarta-Feira	26/02/2025	Quinta-feira	27/02/2025	Sexta-Feira	28/02/2025
POLENTA COM SALSICHA AO MOLHO COM LEGUMES, SALADA BICOLOR (cenoura e beterraba raladas) MAÇÃ		ARROZ, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA PEPINO		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface e acelga) SUCO DE LARANJA		ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), COUVE REFOGADA UVA		PÃO COM CARNE DESFIADA, CENOURA E TOMATE SUCO DE MORANGO 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)
429,75		70,22	17,02	8,45	123,62	13,99	42,61	2,28	361,76

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.



ENTIDADE APAE / AMAI
FEVEREIRO 2025

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				
	3/2/2025	4/2/2025	5/2/2025	6/2/2025	7/2/2025				
ALMOÇO	ARROZ À GREGA, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM MANDIOCA SALADA DE ACELGA COM CENOURA	ARROZ, FEIJÃO, ALMÔNDEGAS DE CARNE AO SUGO, PURÊ DE BATATA SALADA DE PEPINO COM CEBOLA E CHEIRO VERDE	MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e vagem)	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO COM BATATA SALADA DE ALFACE COM RUCULA E CEBOLA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE BETERRABA RALADA				
SUCO/ SOBREMESA	SUCO DE LARANJA MELANCIA	SUCO DE ACEROLA LARANJA	SUCO DE MARACUJÁ BANANA	SUCO DE GOIABA MAMÃO	SUCO DE TANGERINA 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)
498,08		85,78	23,24	9,74	174,16	104,80	73,67	3,47	189,70

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.



ENTIDADE APAE / AMAI
FEVEREIRO 2025

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				
	10/2/2025	11/2/2025	12/2/2025	13/2/2025	14/2/2025				
ALMOÇO	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM TOMATE E ABOBRINHA SALADA MIX (DE REPOLHO ROXO, BRANCO E CENOURA RALADA)	MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, BATATA SALTEADA SALADA DE ACELGA COM AGRIÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, CREME DE MILHO SALADA DE ALFACE COM TOMATE	ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO, FAROFA DE COUVE SALADA DE ABOBRINHA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA DE PEPINO				
SUCO/ SOBREMESA	SUCO DE LIMÃO LARANJA	SUCO DE MANGA ABACAXI	SUCO DE CAJU MELÃO	SUCO DE LARANJA MAÇÃ	SUCO DE UVA 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)
504,77		87,28	25,12	8,83	167,63	57,03	74,44	3,54	139,46

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
FEVEREIRO 2025

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				
	17/02/2025	18/02/2025	19/02/2025	20/02/2025	21/02/2025				
ALMOÇO	ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE FRANGO SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE	ARROZ, FEIJÃO MEXICANO, FAROFÁ DE ABOBRINHA COM MILHO SALADA DE CATALONIA	MACARRÃO COM ATUM, SALADA DE LEGUMES (batata, cenoura, vagem e chuchu)	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM BATATA SALADA DE ALFACE COM CEBOLA SUCO DE CAJU	ARROZ, TUTU DE FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA ALMEIRÃO COM CEBOLA				
SUCO/ SOBREMESA	SUCO DE MARACUJA MELANCIA	SUCO DE GOIABA MELÃO	SUCO DE ABACAXI MAÇÃ	SUCO DE CAJU BANANA	SUCO DE UVA 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 (mg)
501,71		87,73	25,97	8,34	145,44	31,50	57,56	3,72	185,87

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
FEVEREIRO 2025

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				
	24/02/2025	25/02/2025	26/02/2025	27/02/2025	28/02/2025				
ALMOÇO	POLENTA COM SALSICHA AO MOLHO COM LEGUMES, SALADA BICOLOR (cenoura e beterraba raladas) MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA PEPINO	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface e acelga)	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES, SALADA DE RUCULA COM REPOLHO	ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), COUVE REFOGADA, SALADA DE ABOBRINHA AO VINAGRETE				
SUCO/ SOBREMESA	SUCO DE MANGA MAÇÃ	SUCO DE ACEROLA MELÃO	SUCO DE LARANJA MAMÃO	SUCO DE MORANGO BANANA	SUCO DE TANGERINA MELANCIA				
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)
	494,23	83,96	22,48	8,11	221,17	100,36	72,11	3,35	231,03

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

REFORÇO
FEVEREIRO 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	MINGAU DE AVEIA, BANANA				
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e vagem) BANANA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BATATA SALADA DE ALFACE COM RUCULA E CEBOLA MELANCIA	RISOTO DE FRANGO, FEIJÃO, COUVE REFOGADA SALADA DE BETERRABA RALADA ABACAXI				
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	PÃO DE CENOURA COM MUÇARELA E TOMATE SUCO DE MANGA	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO SUCO DE CAJÚ	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE ÍSCAS DESFIADA COM CEBOLA 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 (mg)				
	1.245,36	217,65	47,98	19,52	419,17	59,30	405,01	5,14	1.085,67

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 EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 2ª semana

REFORÇO

FEVEREIRO 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	10/02/2025	11/02/2025	12/02/2025	13/02/2025	14/02/2025
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL DE CENOURA COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	MINGAU DE AVEIA, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM TOMATE E ABOBRINHA SALADA MIX (DE REPOLHO ROXO, BRANCO E CENOURA RALADA) LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, BATATA SALTEADA SALADA DE ACELGA COM AGRIÃO ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, CREME DE MILHO SALADA DE ALFACE COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA DE PEPINO BANANA	ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO, FAROFA DE COUVE SALADA DE ABOBRINHA SUCO DE UVA
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E CENOURA SUCO DE MARACUJÁ	PÃO INTEGRAL COM PERNIL AO VINAGRETE SUCO DE MORANGO	PÃO DE CENOURA COM PATÊ DE FRANGO SUCO DE LIMÃO	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E MUÇARELA SUCO DE TANGERINA	PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIADO ALFACE E CENOURA RALADA 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)
1.099,88	183,52	44,97	30,21	426,76	46,28	333,08	5,54	932,64

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 - 3ª semana

REFORÇO
FEVEREIRO 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	17/02/2025	18/02/2025	19/02/2025	20/02/2025	21/02/2025			
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL	MINGAU DE AVEIA, BANANA			
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE FRANGO SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO MEXICANO, FAROFA DE ABOBRINHA COM MILHO SALADA DE CATALONIA MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, SALADA DE LEGUMES (batata, cenoura, vagem e chuchu) MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM BATATA SALADA DE ALFACE COM CEBOLA BANANA	ARROZ, TUTU DE FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA ALMEIRÃO COM CEBOLA LARANJA			
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO INTEGRAL COM CARNE MOÍDA AO MOLHO E CENOURA RALADA, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIADO, CHEIRO VERDE E TOMATE, SUCO DE GOIABA	PÃO DE CENOURA COM MUÇARELA E APRESUNTADO, SUCO DE MANGA	PÃO DE FORMA COM PATÊ DE FRANGO COM CENOURA E ALFACE, SUCO DE CAJU	PÃO COM CARNE MOÍDA, TOMATE E CEBOLA, 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 (mg)
1.144,60	193,58	48,35	19,96	394,71	52,44	353,96	6,69	998,88

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

REFORÇO
FEVEREIRO 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	24/02/2025	25/02/2025	26/02/2025	27/02/2025	28/02/2025				
CARDÁPIO 21 Desjejum 6:45	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	MINGAU DE AVEIA, BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO				
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM SALSICHA AO MOLHO COM LEGUMES, SALADA BICOLOR (cenoura e beterraba raladas) MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA PEPINO MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface e acelga) ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES, SALADA DE RUCULA COM REPOLHO BANANA	ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), COUVE REFOGADA, SALADA DE ABOBRINHA AO VINAGRETE SUCO DE LARANJA				
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PERNIL DESFIADO, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE MANGA	PÃO INTEGRAL COM FRANGO DESFIADO, ALFACE E TOMATE, SUCO DE ACEROLA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJÁ	PÃO DE CENOURA COM CARNE DESFIADA E CENOURA RALADA, SUCO DE MORANGO	PÃO DE CENOURA COM PATE DE FRANGO, ALFACE E TOMATE 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 (mg)
	1.109,10	183,28	43,94	30,88	472,29	90,93	310,72	5,32	1.028,77

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.



EMEI REDE SABER
FEVEREIRO 2025

CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025
CARDÁPIO 31 6:45	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	MAMÃO COM AVEIA	BANANA	SALADA DE FRUTAS
CARDÁPIO 21 09:00	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	MINGAU DE AVEIA, BANANA
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e vagem) BANANA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BATATA SALADA DE ALFACE COM RUCULA E CEBOLA MELANCIA	RISOTO DE FRANGO, FEIJÃO, COUVE REFOGADA SALADA DE BETERRABA RALADA ABACAXI
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	PÃO DE CENOURA COM MUÇARELA E TOMATE SUCO DE MANGA	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO SUCO DE CAJÚ	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE ÍSCAS DESFIADA COM CEBOLA 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 (mg)
926,20	164,61	33,60	15,60	386,55	85,64	388,65	3,79	675,15

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.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 2ª semana

EMEI REDE SABER
FEVEREIRO 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	10/02/2024	11/02/2024	12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024
CARDÁPIO 31 6:45	MELÃO	MAÇÃ COM AVEIA	MAMÃO	SALADA DE FRUTAS	BANANA
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL DE CENOURA COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	MINGAU DE AVEIA, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM TOMATE E ABOBRINHA SALADA MIX (DE REPOLHO ROXO, BRANCO E CENOURA RALADA) LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, BATATA SALTEADA SALADA DE ACELGA COM AGRIÃO ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, CREME DE MILHO SALADA DE ALFACE COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA DE PEPINO BANANA	ARROZ, FEIJÃO, Lombo Suino, FAROFA DE COUVE SALADA DE ABOBRINHA SUCO DE UVA
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E CENOURA SUCO DE MARACUJÁ	PÃO INTEGRAL COM PERNIL AO VINAGRETE SUCO DE MORANGO	PÃO DE CENOURA COM PATÊ DE FRANGO SUCO DE LIMÃO	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E MUÇARELA SUCO DE TANGERINA	PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIAO ALFACE E CENOURA RALADA 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)
718,15	121,36	26,54	21,71	359,83	62,01	322,52	3,80	429,15

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.



CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 3ª semana

EMEI REDE SABER
FEVEREIRO 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	17/02/2024	18/02/2024	19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024
CARDÁPIO 31 6:45	MELÃO	SALADA DE FRUTAS	BANANA COM AVEIA	MAÇÃ	MAMÃO
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL	MINGAU DE AVEIA, BANANA
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE FRANGO SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO MEXICANO, FAROFA DE ABOBRINHA COM MILHO SALADA DE CATALONIA MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, SALADA DE LEGUMES (batata, cenoura, vagem e chuchu) ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM BATATA SALADA DE ALFACE COM CEBOLA SUCO DE CAJU	ARROZ, TUTU DE FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA ALMEIRÃO COM CEBOLA LARANJA
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO INTEGRAL COM CARNE MOÍDA AO MOLHO E CENOURA RALADA, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIADO, CHEIRO VERDE E TOMATE, SUCO DE GOIABA	PÃO DE CENOURA COM MUÇARELA E APRESUNTADO, SUCO DE UVA	PÃO DE FORMA COM PATÊ DE FRANGO COM CENOURA E ALFACE, SUCO DE MANGA	PÃO COM CARNE MOÍDA, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE ACEROLA

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)
827,22	143,01	31,17	16,05	376,76	113,80	320,38	4,33	690,21

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

FEVEREIRO 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	24/02/2024	25/02/2024	26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024				
CARDÁPIO 31 6:45	MAMÃO COM AVEIA	MELANCIA	MELÃO	MAÇÃ	SALADA DE FRUTAS				
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	MINGAU DE AVEIA, BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM SALSICHA AO MOLHO COM LEGUMES, SALADA BICOLOR (cenoura e beterraba raladas) MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA PEPINO MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface e acelga) ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES, SALADA DE RUCULA COM REPOLHO BANANA	ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), COUVE REFOGADA, SALADA DE ABOBRINHA AO VINAGRETE SUCO DE GOIABA				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PERNIL DESFIADO, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE MANGA	PÃO INTEGRAL COM FRANGO DESFIADO, ALFACE E TOMATE, SUCO DE ACEROLA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJÁ	PÃO DE CENOURA COM CARNE DESFIADA E CENOURA RALADA, SUCO DE MORANGO	PÃO DE CENOURA COM PATE DE FRANGO, ALFACE E TOMATE SUCO DE TANGERINA				
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
769,78		123,69	27,45	24,47	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					405,01	106,94	290,61	3,46	607,66

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.



EMEF REDE SABER
FEVEREIRO 2025

CARDÁPIOS EMEF EM PERÍODO INTEGRAL - 06 à 11 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025
CARDÁPIO 31 6:45	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	MAMÃO COM AVEIA	BANANA	SALADA DE FRUTAS
CARDÁPIO 21 09:00	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	MINGAU DE AVEIA, BANANA
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e vagem) BANANA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL COM BATATA SALADA DE ALFACE COM RUCULA E CEBOLA MELANCIA	RISOTO DE FRANGO, FEIJÃO, COUVE REFOGADA SALADA DE BETERRABA RALADA ABACAXI
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PLANEJAMENTO	PLANEJAMENTO	PÃO DE CENOURA COM MUÇARELA E TOMATE SUCO DE MANGA	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO SUCO DE CAJÚ	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE ÍSCAS DESFIADA COM CEBOLA 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 (mg)
1.309,04	233,55	49,40	19,63	422,52	90,61	411,44	5,48	1.073,84

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 - 2ª semana

EMEF REDE SABER

FEVEREIRO 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	10/02/2025	11/02/2025	12/02/2025	13/02/2025	14/02/2025				
CARDÁPIO 31 6:45	MELÃO	MAÇÃ COM AVEIA	MAMÃO	SALADA DE FRUTAS	BANANA				
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL DE CENOURA COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	MINGAU DE AVEIA, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO				
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM TOMATE E ABOBRINHA SALADA MIX (DE REPOLHO ROXO, BRANCO E CENOURA RALADA) LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM FRANGO AO MOLHO, BATATA SALTEADA SALADA DE ACELGA COM AGRIA ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, CREME DE MILHO SALADA DE ALFACE COM TOMATE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM CENOURA SALADA DE PEPINO BANANA	ARROZ, FEIJÃO, LOMBO SUINO, FAROFA DE COUVE SALADA DE ABOBRINHA SUCO DE UVA				
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E CENOURA SUCO DE MARACUJÁ	PÃO INTEGRAL COM PERNIL AO VINAGRETE SUCO DE MORANGO	PÃO DE CENOURA COM PATÊ DE FRANGO SUCO DE LIMÃO	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E MUÇARELA SUCO DE TANGERINA	PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIAO ALFACE E CENOURA RALADA SUCO DE LARANJA				
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
1.002,14		162,38	42,02	27,09	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					417,77	65,26	377,99	5,99	604,21

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			
	17/02/2025	18/02/2025	19/02/2025	20/02/2025	21/02/2025			
CARDÁPIO 31 6:45	MELÃO	SALADA DE FRUTAS	BANANA COM AVEIA	MAÇÃ	MAMÃO			
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL	MINGAU DE AVEIA, BANANA			
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE FRANGO SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO MEXICANO, FAROFA DE ABOBRINHA COM MILHO SALADA DE CATALONIA MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, SALADA DE LEGUMES (batata, cenoura, vagem e chuchu) ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM BATATA SALADA DE ALFACE COM CEBOLA SUCO DE CAJU	ARROZ, TUTU DE FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA ALMEIRÃO COM CEBOLA LARANJA			
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO INTEGRAL COM CARNE MOÍDA AO MOLHO E CENOURA RALADA, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIADO, CHEIRO VERDE E TOMATE, SUCO DE GOIABA	PÃO DE CENOURA COM MUÇARELA E APRESUNTADO, SUCO DE UVA	PÃO DE FORMA COM PATÊ DE FRANGO COM CENOURA E ALFACE, SUCO DE MANGA	PÃO COM CARNE MOÍDA, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE ACEROLA			
Informação Nutricional (Média Semanal)								
Energia (kcal)	CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
1.231,73	206,22	52,07	22,45	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
				470,93	119,19	369,61	7,36	1.066,91

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
FEVEREIRO 2025

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	24/02/2025	25/02/2025	26/02/2025	27/02/2025	28/02/2025
CARDÁPIO 31 6:45	MAMÃO COM AVEIA	MELANCIA	MELÃO	MAÇÃ	SALADA DE FRUTAS
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	MINGAU DE AVEIA, BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO
CARDÁPIO 29 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, POLENTA COM SALSICHA AO MOLHO COM LEGUMES, SALADA BICOLOR (cenoura e beterraba raladas) MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA PEPINO MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface e acelga) ABACAXI	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES, SALADA DE RUCULA COM REPOLHO BANANA	ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), COUVE REFOGADA, SALADA DE ABOBRINHA AO VINAGRETE SUCO DE GOIABA
CARDÁPIO 30 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PERNIL DESFIADO, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE MANGA	PÃO INTEGRAL COM FRANGO DESFIADO, ALFACE E TOMATE, SUCO DE ACEROLA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJÁ	PÃO DE CENOURA COM CARNE DESFIADA E CENOURA RALADA, SUCO DE MORANGO	PÃO DE CENOURA COM PATE DE FRANGO, ALFACE E TOMATE 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 (mg)
1.159,62	195,24	45,00	31,24	494,36	111,13	319,86	5,63	1.031,50

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



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025				
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 (mg)
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

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			
	10/02/2025	11/02/2025	12/02/2025	13/02/2025	14/02/2025			
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 (mg)
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			
	17/02/2025	18/02/2025	19/02/2025	20/02/2025	21/02/2025			
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 (mg)
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				
	24/02/2025	25/02/2025	26/02/2025	27/02/2025	28/02/2025				
CARDÁPIO 1 Desjejum 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 2 Cofação 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 (mg)
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 Tucundua 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				
	03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025				
CARDÁPIO 6 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 7 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA E CENOURA	PAPA DE ARROZ, FRANGO, CENOURA E CHUCHU	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, INHAME E ESPINAFRE	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, BATATA DOCE E CENOURA	PAPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, MANDIOCA E COUVE				
CARDÁPIO 8 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1				
CARDÁPIO 9 14:30	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE PERA	PAPA DE BANANA	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE BANANA				
CARDÁPIO 10 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		
648,24		81,43	19,13	27,58	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					881,06	135,09	428,48	6,88	423,32

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			
	10/02/2025	11/02/2025	12/02/2025	13/02/2025	14/02/2025			
CARDÁPIO 6 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
CARDÁPIO 7 10:00	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CABOTIÃ E ESPINAFRE	PAPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, INHAME E CENOURA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, TOMATE E CARÁ	PAPA DE ARROZ, FRANGO, BATATA E BRÓCOLIS	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, FÍGADO ISCAS, MANDIOCA E ESCAROLA			
CARDÁPIO 8 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
CARDÁPIO 9 14:30	PAPA DE PÊRA	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE BANANA	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE BANANA			
CARDÁPIO 10 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 (mg)
682,49	85	19	29,00	1007,85	132,77	426,6	7,03	449,38

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			
	17/02/2025	18/02/2025	19/02/2025	20/02/2025	21/02/2025			
CARDÁPIO 6 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
CARDÁPIO 7 10:00	PAPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, BATATA E CENOURA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, MANDIOCA E BROCOLIS	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, ABÓBORA E COUVE	PAPA DE MACARRÃO, CARNE MOIDA, CALDO DE FEIJÃO, ABOBORA E CHUCHU	PAPA DE ARROZ, FRANGO DESFIADO, TOMATE E INHAME			
CARDÁPIO 8 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
CARDÁPIO 9 14:30	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE BANANA	PAPA DE PERA	PAPA DE BANANA			
CARDÁPIO 10 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	
680,87		84,47	19,24	29,47	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
					722,86	136,51	427,19	6,88
								Sódio (mg)
								447,42

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			
	24/02/2025	25/02/2025	26/02/2025	27/02/2025	28/02/2025			
CARDÁPIO 6 7:30	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
CARDÁPIO 7 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CENOURA E CARÁ	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, COUVE E ABÓBORA	PAPA MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, INHAME E TOMATE	PAPA DE MACARRÃO, CARNE MOÍDA, BATATA E BETERRABA	PAPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, CARÁ E ALMEIRÃO			
CARDÁPIO 8 12:00	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1	FÓRMULA 1			
CARDÁPIO 9 14:30	PAPA DE MAÇÃ	PAPA DE PÊRA	PAPA DE BANANA	PAPA DE MAMÃO	PAPA DE BANANA			
CARDÁPIO 10 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 (mg)
704,87	89,53	19,95	29,57	712,29	134,79	425,12	7	447,98

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				
	03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025				
CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAMÃO	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + PÊRA	FÓRMULA 2 + MELÃO	FÓRMULA 2 + BANANA				
CARDÁPIO 12 Colação 9:00	SUCO DE ABACAXI	LARANJA LIMA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MARACUJÁ	SUCO DE MELANCIA				
CARDÁPIO 13 Almoço 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA, CENOURA E ABOBRINHA MELÃO	PAPA DE ARROZ, FRANGO, CENOURA, MANDIOQUINHA E CHUCHU MAMÃO	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, INHAME, ABOBRINHA E ESPINAFRE BANANA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, BATATA DOCE, CENOURA E ABOBRINHA LARANJA LIMA	PAPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, MANDIOCA, COUVE E ABOBORA 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 MACARRÃO, CARNE MOÍDA, MANDIOCA, CABOTIÃ E CHUCHU MELANCIA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, OVO, COUVE, ABOBORA, CARÁ PERA	PAPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, BATATA, CHUCHU E ABOBORA MELÃO	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CARÁ, BROCOLIS E CENOURA, MAMÃO	PAPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, CARÁ, COUVE E ABOBORA 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 (mg)
708,34		101,8	23,16	24,42	778,47	121,97	460,74	7,8	320,08

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				
	10/02/2025	11/02/2025	12/02/2025	13/02/2025	14/02/2025				
CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAMÃO	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + BANANA	FÓRMULA 2 + MAMÃO	FÓRMULA 2 + PÊRA				
CARDÁPIO 12 Colação 9:00	SUCO DE MELÃO	SUCO DE LARANJA COM CENOURA	MELANCIA	SUCO DE MARACUJÁ	BANANA				
CARDÁPIO 13 Almoço 10:00	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CABOTIÃ, MANDIOQUINHA E ESPINAFRE LARANJA LIMA	PAPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, INHAME, CHUCHU E CENOURA MELANCIA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, OVO, TOMATE, CARÁ E ABÓBORA MAÇÃ	PAPA DE ARROZ, FRANGO, BATATA, BRÓCOLIS E CENOURA BANANA	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, FÍGADO ISCAS, MANDIOCA, ABÓBORA E ESCAROLA MELÃO				
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, CENOURA E BRÓCOLIS MAÇÃ	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, ABÓBORA, VAGEM E CARÁ, ABACAXI	PAPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, ESCAROLA, BATATA E CENOURA, MELÃO	PAPA DE FUBA, OVO, CALDO DE FEIJÃO, INHAME, CHUCHU E ABÓBORA PERA	PAPA DE ARROZ, FRANGO DESFIADO, BATATA, COUVE E CENOURA 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)
676,79		102	24	20	1050,73	116,24	457,66	8,05	332,16

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				
	17/02/2025	18/02/2025	19/02/2025	20/02/2025	21/02/2025				
CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAMÃO	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + BANANA	FÓRMULA 2 + MELÃO	FÓRMULA 2 + PERA				
CARDÁPIO 12 Colação 9:00	SUCO DE MORANGO	SUCO DE MELÃO	CREME DE ABACATE	BANANA	SUCO DE ABACAXI				
CARDÁPIO 13 Almoço 10:00	PAPA DE FUBÁ, OVO, BATATA, CENOURA E VAGEM MELANCIA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, MANDIOCA, BRÓCOLIS E CENOURA PÊRA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, ABÓBORA, MANDIOCA E COUVE MELÃO	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, MOIDA, BETERRABA, ABOBORA E CHUCHU ABACAXI	PAPA DE ARROZ, FRANGO DESFIADO, TOMATE, INHAME E ABOBRINHA 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 CUBOS, BRÓCOLIS, ABÓBORA E BATATA DOCE LARANJA	PAPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, ABÓBORA, ABOBRINHA E CHUCHU ABACAXI	PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, BATATA, CHUCHU E CENOURA PERA	PAPA DE FUBÁ, OVO, CARÁ, CENOURA E ESPINAFRE MAMÃO	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE MOÍDA, BRÓCOLIS, ABÓBORA E CARÁ MELÃO				
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas A (RE) C (mg)	Minerais Ca (mg) Fe (mg) Sódio (mg)			
676,15		99,45	23,9	21,36	814,13	117,12	464,3	7,91	331,81

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				
	24/02/2025	25/02/2025	26/02/2025	27/02/2025	28/02/2025				
CARDÁPIO 11 Desjejum 7:30	FÓRMULA 2 + MAÇÃ	FÓRMULA 2 + MELÃO	FÓRMULA 2 + PÊRA	FÓRMULA 2 + BANANA	FÓRMULA 2 + MAMÃO				
CARDÁPIO 12 Colação 9:00	SUCO DE MELANCIA	SUCO DE MAMÃO COM CENOURA	BANANA	SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA LIMA	CREME DE ABACATE				
CARDÁPIO 13 Almoço 10:00	PAPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, FRANGO, CENOURA E CARÁ LARANJA LIMA	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, OVO, COUVE, MANDIOQUINHA E ABÓBORA MELANCIA	PAPA DE MACARRÃO, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, CHUCHU, INHAM E TOMATE MELÃO	PAPA DE MACARRÃO, CARNE MOÍDA, BATATA, CABOTIÃ E BETERRABA MAMÃO	PAPA DE MACARRÃO, CARNE ÍSCAS, CARÁ, ABÓBORA E ALMEIRÃO ABACAXI				
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, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA, TOMATE E CHICÓRIA MELÃO	PAPA DE MACARRÃO, FRANGO, CENOURA, MANDIOCA E VAGEM PÊRA	PAPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA ABACAXI	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE OVO, CENOURA, ABOBRINHA E ESCAROLA MAÇÃ	PAPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FÍGADO, BRÓCOLIS, CENOURA E CATALONIA 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)
677,29		99,51	24,68	21,51	1016,91	121,07	461,91	8,37	333,27

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

CARDÁPIOS EMEI EM PERÍODO INTEGRAL - 04 à 05 ANOS

MERENDA ITU - 1ª semana

Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira
	03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	IOGURTE DE MORANGO, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	MINGAU DE AVEIA, BANANA
CARDÁPIO 31 6:45	SUCO DE ABACAXI	LARANJA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MARACUJÁ	MELANCIA
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ À GREGA, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM MANDIOCA SALADA DE ACELGA COM CENOURA MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO SUGO, PURÊ DE BATATA SALADA DE PEPINO COM CEBOLA E CHEIRO VERDE SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e vagem) BANANA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO COM BATATA SALADA DE ALFACE COM RUCULA E CEBOLA LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE BETERRABA RALADA MAÇÃ
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PERNIL DESFIADO, TOMATE E CEBOLA SUCO DE MELANCIA	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA, TOMATE E CEBOLA SUCO DE MARACUJA	PÃO DE CENOURA COM MUÇARELA E TOMATE SUCO DE MANGA	PÃO DE INTEGRAL COM CARNE ÍSCAS DESFIADA COM CEBOLA SUCO DE UVA	PÃO DE LEITE COM PATÊ DE FRANGO SUCO DE CAJÚ

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)
793,15	134,37	28,63	17,54	304	103,99	356,36	3,36	566

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			
	10/02/2024	11/02/2024	12/02/2024	13/02/2024	14/02/2024			
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL DE CENOURA COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BANANA	MINGAU DE AVEIA, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO			
CARDÁPIO 31 6:45	MELÃO	SUCO DE LARANJA COM CENOURA	MELANCIA	SUCO DE MARACUJÁ	BANANA			
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM TOMATE E ABOBRINHA SALADA MIX (DE REPOLHO ROXO, BRANCO E CENOURA RALADA) SUCO DE UVA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM MOIDA AO MOLHO, BATATA CORADA SALADA DE ACELGA COM AGRIÃO MELANCIA	ARROZ, LENTILHA, CARNE ÍSCAS, CREME DE MILHO, SALADA DE ALFACE COM TOMATE MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO PRETO, LOMBO SUINO, FAROFA DE COUVE SALADA DE ABOBRINHA UVA	ARROZ, FEIJÃO, FÍGADO COM BATATA E CENOURA, SALADA DE PEPINO BANANA			
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA E CENOURA SUCO DE MARACUJÁ	PÃO INTEGRAL COM PERNIL AO VINAGRETE SUCO DE ABACAXI	PÃO DE CENOURA COM PATÊ DE FRANGO SUCO DE UVA	PÃO DE CENOURA COM TOMATE E MUÇARELA SUCO DE MANGA	PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIADO ALFACE E CENOURA RALADA 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)
868,25	147	31	17	802,87	51,87	356,78	3,8	702,93

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				
	17/02/2024	18/02/2024	19/02/2024	20/02/2024	21/02/2024				
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, BISCOITO INTEGRAL	MINGAU DE AVEIA, BANANA				
CARDÁPIO 31 6:45	SUCO DE MORANGO	SUCO DE MELÃO	CREME DE ABACATE	BANANA	ABACAXI				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE FRANGO SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO MEXICANO (com carne moída, cebola e tomate), FAROFA DE ABOBRINHA COM MILHO SALADA DE CATALONIA MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, SALADA DE LEGUMES (batata, cenoura, vagem e chuchu) BANANA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA COM BATATA SALADA DE ALFACE COM CEBOLA SUCO DE CAJU	ARROZ, TUTU DE FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA ALMEIRÃO COM CEBOLA UVA				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO INTEGRAL COM CARNE MOÍDA AO MOLHO E CENOURA RALADA, SUCO DE MARACUJA	PÃO DE LEITE COM FRANGO DESFIADO, CHEIRO VERDE E TOMATE, SUCO DE ABACAXI	PÃO DE CENOURA COM MUÇARELA E APRESUNTADO, SUCO DE UVA	PÃO DE FORMA COM PATÊ DE FRANGO COM CENOURA E ALFACE, SUCO DE ACEROLA COM MAMAÓ	PÃO COM CARNE MOÍDA, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE GOIABA				
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
829,98		142,56	29,64	16,67	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					276,86	102,77	295,13	3,7	655,78

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				
	24/02/2024	25/02/2024	26/02/2024	27/02/2024	28/02/2024				
CARDÁPIO 21 09:00	LEITE COM CHOCOLATE 32%, PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAÇÃ	MINGAU DE AVEIA, BANANA	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32%, MELÃO				
CARDÁPIO 31 6:45	MELANCIA	SUCO DE MAMÃO COM CENOURA	MAÇÃ	SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA	CREME DE ABACATE				
CARDÁPIO 27 Almoço 11:30	ARROZ, GRÃO DE BICO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA BICOLOR (cenoura e beterraba raladas) SUCO DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA PEPINO MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface e acelga) MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES, SALADA DE RUCULA COM REPOLHO BANANA	ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), COUVE REFOGADA, SALADA DE ABOBRINHA AO VINAGRETE UVA				
CARDÁPIO 28 Lanche tarde 15:00	PÃO DE LEITE COM PERNIL DESFIADO, TOMATE E CEBOLA, SUCO DE MANGA	PÃO INTEGRAL COM FRANGO DESFIADO, ALFACE E TOMATE, SUCO DE LIMÃO	PÃO DE LEITE COM CARNE MOÍDA AO MOLHO, SUCO DE MARACUJÁ	PÃO DE CENOURA COM CARNE DESFIADA E CENOURA RALADA, SUCO DE MAÇÃ	PÃO DE CENOURA COM PATE DE FRANGO, ALFACE E TOMATE SUCO DE TANGERINA				
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
796,44		134,03	28,47	16,69	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					352,66	69,34	311,01	3,26	546,14

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



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



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira			
	03/02/2025	04/02/2025	05/02/2025	06/02/2025	07/02/2025			
CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30	VITAMINA DE FRUTAS BISCOITO SIMPLES	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÊRA	MINGAU DE AVEIA E MELÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM MARGARINA			
CARDÁPIO 17 Colação 9:00	SUCO DE ABACAXI	LARANJA	CREME DE ABACATE	SUCO DE MARACUJÁ	MELANCIA			
CARDÁPIO 18 Almoço 10:30	ARROZ À GREGA, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS COM MANDIOCA SALADA DE ACELGA COM CENOURA SUCO DE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO SUGO, PURÊ DE BATATA SALADA DE PEPINO COM CEBOLA E CHEIRO VERDE SUCO DE ACEROLA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e vagem) BANANA	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO COM BATATA SALADA DE ALFACE COM RUCULA E CEBOLA SUCO DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE BETERRABA RALADA MAÇÃ			
CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00	SUCO DE CAJU PÃO DE CENOURA COM PATE DE FRANGO E ALFACE	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã e mamão)	SUCO DE UVA PÃO DE FORMA COM QUEIJO E TOMATE	CHÁ DE CAMOMILA TORTA DE CARNE	LEITE COM CHOCOLATE 32% BANANA			
CARDÁPIO 20 Jantar 15:00	SOPA DE DE MACARRÃO, CARNE MOÍDA, MANDIOCA, CABOTIÃ E CHUCHU MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM ESPINAFRE, CENOURA E TOMATE, SALADA DE ALMEIRÃO SUCO DE MARACUJÁ	SOPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, BATATA, CHUCHU E ABOBORA MELÃO	SOPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, CARÁ, COUVE E ABOBORA ABACAXI	POLENTA, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO SALADA DE BROCOLIS COM CENOURA, SUCO DE CAJÚ			
Informação Nutricional (Média Semanal)								
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais	
867,27		136,77	37,13	27,43	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)
					1.818,17	127,09	369,69	4,48
								Sódio (mg)
								546,65

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.

Carolina Mendes Alves
Nutricionista, CRN 316089
Alimentação Escolar

CARDÁPIO SUJEITO À ALTERAÇÕES.



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



Refeição	Segunda-Feira 10/02/2025	Terça-Feira 11/02/2025	Quarta-Feira 12/02/2025	Quinta-Feira 13/02/2025	Sexta-feira 14/02/2025
CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30	MINGAU DE AVEIA E MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM MARGARINA	LEITE COM CHOCOLATE 32% BANANA	VITAMINA DE FRUTAS BISCOITO SIMPLES	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO
CARDÁPIO 17 Colação 9:00	MELÃO	SUCO DE LARANJA COM CENOURA	MELANCIA	SUCO DE MARACUJÁ	BANANA
CARDÁPIO 18 Almoço 10:30	ARROZ, FEIJOAO, OMELETE DE FORNO COM TOMATE E ABOBRINHA SALADA MIX (DE REPOLHO ROXO, BRANCO E CENOURA RALADA) SUCO DE UVA	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM MOÍDA AO MOLHO, BATATA CORADA SALADA DE ACELGA COM AGRIÃO MELANCIA	ARROZ, LENTILHA, CARNE ÍSCAS, CRÈME DE MILHO, SALADA DE ALFACE COM TOMATE SUCO DE MAÇÃ COM LIMÃO	ARROZ, FEIJÃO PRETO, LOMBO SUINO, FAROFA DE COUVE SALADA DE ABOBRINHA BANANA	ARROZ, FEIJÃO, FÍGADO COM BATATA E CENOURA, SALADA DE PEPINO SUCO DE ACEROLA
CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00	SUCO DE GOIABA PÃO DE CENOURA COM PATE DE FRANGO, ALFACE E TOMATE	LEITE COM CHOCOLATE 32% BISCOITO SIMPLES	CHÁ DE HORTELÃ TORTA DE FRANGO	SALADA DE FRUTAS (banana, laranja, uva)	SUCO DE MANGA PÃO DE CENOURA COM CARNE DESFIADA E CENOURA RALADA
CARDÁPIO 20 Jantar 15:00	SOPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, BATATA, CENOURA E BRÓCOLIS MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO, PURE DE BATATA SALADA DE CENOURA, SUCO DE ABACAXI	SOPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, ESCAROLA, BATATA E CENOURA MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA ENSOPADA, SALADA DE COUVE COM TOMATE SUCO DE MANGA	SOPA DE ARROZ, FRANGO DESFIADO, BATATA, COUVE E CENOURA PÉRA

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)
885,80	148,00	38,00	18,00	975,01	108,91	313,99	4,79	567,52

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	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	17/02/2025	18/02/2025	19/02/2025	20/02/2025	21/02/2025				
CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE FORMA COM REQUEIJÃO	VITAMINA DE FRUTAS BISCOITO SIMPLES	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM MARGARINA	MINGAU DE AVEIA E MAMÃO				
CARDÁPIO 17 Café da Manhã 9:00	SUCO DE MORANGO	SUCO DE MELÃO	CREME DE ABACATE	BANANA	ABACAXI				
CARDÁPIO 18 Almoço 10:30	ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE FRANGO SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE SUCO DE MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO MEXICANO (com carne moída, cebola e tomate), FAROFA DE ABOBRINHA COM MILHO SALADA DE CATALONIA MAÇÃ	ARROZ, FEIJÃO, MACARRÃO COM ATUM, SALADA DE LEGUMES (batata, cenoura, vagem e chuchu) SUCO DE MARACUJÁ	ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOIDA COM BATATA SALADA DE ALFACE COM CEBOLA SUCO DE CAJU	ARROZ, TUTU DE FEIJÃO, PERNIL COM MANDIOCA, SALADA ALMEIRÃO COM CEBOLA LARANJA				
CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00	SUCO DE UVA PÃO INTEGRAL COM PERNIL AO VINAGRETE	SALADA DE FRUTAS (banana, maçã e uva)	CHA DE CIDREIRA TORTA DE CARNE	LEITE COM CHOCOLATE 32% MAÇÃ	SUCO DE MARACUJÁ PÃO COM FRANGO DESFIADO, TOMATE E ALFACE				
CARDÁPIO 20 Jantar 15:00	SOPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE CUBOS, BRÓCOLIS, ABÓBORA E BATATA DOCE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATAS, SALADA DE ALFACE, SUCO DE ABACAXI	SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA, CHUCHU E CENOURA, BANANA	ARROZ, FEIJÃO, OVOS AO VINAGRETE, SALADA DE REPOLHO, SUCO DE ACEROLA COM MAMÃO	SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, BRÓCOLIS, ABÓBORA E CARÁ, MELÃO				
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
883,78		146,60	36,62	17,95	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					459,28	121,95	317,01	4,98	580,83

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



Refeição	Segunda-Feira	Terça-Feira	Quarta-Feira	Quinta-Feira	Sexta-feira				
	24/02/2025	25/02/2025	26/02/2025	27/02/2025	28/02/2025				
CARDÁPIO 16 Desjejum 7:30	VITAMINA DE FRUTA BISCOITO SIMPLES	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO DE CENOURA COM MARGARINA	MINGAU DE AVEIA E MAMÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% PÃO INTEGRAL COM REQUEIJÃO	LEITE COM CHOCOLATE 32% BANANA				
CARDÁPIO 17 Café da Manhã 9:00	MELANCIA	SUCO DE MAMÃO COM CENOURA	BANANA	SUCO DE MARACUJÁ COM LARANJA	CREME DE ABACATE				
CARDÁPIO 18 Almoço 10:30	ARROZ, GRÃO DE BICO, POLENTA COM FRANGO AO MOLHO, SALADA BICOLOR (cenoura e beterraba raladas) SUCO DE LARANJA	ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA PEPINO MELANCIA	ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alfaca e acelga) SUCO DE MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES, SALADA DE RUCULA COM REPOLHO MAMÃO	ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), COUVE REFOGADA, SALADA DE ABOBRINHA AO VINAGRETE SUCO DE ABACAXI				
CARDÁPIO 19 Lanche da tarde 13:00	SUCO DE TANGERINA PÃO DE CENOURA COM CARNE MOIDA AO SUGO	SALADA DE FRUTAS (banana, uva, pêra)	CHÁ DE CAMOMILA TORTA DE FRANGO	LEITE COM CHOCOLATE 32% BISCOITO SIMPLES	SUCO DE UVA PÃO COM CARNE DESFIADA E CENOURA RALADA				
CARDÁPIO 20 Jantar 15:00	SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA, TOMATE E CHICÓRIA MELÃO	ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES SALADA DE TOMATE E CEBOLA SUCO DE LIMÃO	SOPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA ABACAXI	MACARRÃO A BOLONHESA, FEIJÃO SALADA DE BETERRABA SUCO DE MAÇÃ	SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, FÍGADO, BRÓCOLIS, CENOURA E CATALONIA LARANJA				
Informação Nutricional (Média Semanal)									
Energia (kcal)		CHO (g)	Proteínas (g)	Gorduras Totais (g)	Vitaminas		Minerais		
863,13		142,52	36,76	17,94	A (RE)	C (mg)	Ca (mg)	Fe (mg)	Sódio (mg)
					688,54	86,01	322,37	4,95	548,92

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 - 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
FEVEREIRO 2025

Segunda-Feira 03/02/2025		Terça-Feira 04/02/2025		Quarta-Feira 5/2/2025		Quinta-Feira 6/2/2025		Sexta-feira 7/2/2025	
ARROZ À GREGA, FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, MANDIOCA SAUTÉE MELÃO		ARROZ, FRANGO AO SUGO, PURÊ DE BATATA SALADA DE PEPINO COM CEBOLA E CHEIRO VERDE SUCO DE ACEROLA		MACARRÃO COM CARNE MOIDA SALADA DE LEGUMES (cenoura, chuchu e vagem) BANANA		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO ASSADO COM BATATA SALADA DE ALFACE COM RUCULA E CEBOLA SUCO DE LARANJA		ARROZ, PERNIL, COUVE REFOGADA SALADA DE BETERRABA RALADA 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)	
243,76	43,59	11,11	3,61	1477,10	68,91	34,28	1,39	78,25	
Segunda-Feira 10/2/2025		Terça-feira 11/2/2025		Quarta-Feira 12/2/2025		Quinta-feira 13/2/2025		Sexta-Feira 14/2/2025	
ARROZ, FEIJÃO, OMELETE DE FORNO COM TOMATE E ABOBRINHA, SALADA MIX (DE REPOLHO ROXO, BRANCO E CENOURA RALADA) MAMÃO		MACARRÃO COM MOIDA AO MOLHO, BATATA CORADA SALADA DE ACELGA COM AGRIAO		ARROZ, CARNE ÍSCAS, CREME DE MILHO, SALADA DE ALFACE COM TOMATE BANANA		ARROZ, LOMBO SUINO, FAROFA DE COUVE SUCO DE MARACUJÁ UVA		ARROZ, FEIJÃO, FÍGADO COM BATATA E CENOURA, SALADA DE PEPINO SUCO DE ACEROLA	
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)	
280,72	50,00	12,00	4,00	617,66	73,86	37,80	1,92	149,60	
Segunda-Feira 17/02/2025		Terça-feira 18/02/2025		Quarta-Feira 19/02/2025		Quinta-feira 20/02/2025		Sexta-Feira 21/02/2025	
ARROZ, FEIJÃO, TORTA MADALENA DE FRANGO SALADA DE ACELGA COM CHEIRO VERDE MELANCIA		ARROZ, FEIJÃO MEXICANO (com carne moída, cebola e tomate), FAROFA DE ABOBRINHA COM MILHO UVA		MACARRÃO COM ATUM, SALADA DE LEGUMES (batata, cenoura, vagem e chuchu) SUCO DE MARACUJÁ		ARROZ, CARNE MOIDA COM BATATA SALADA DE ALFACE COM CEBOLA SUCO DE CAJU		ARROZ, PERNIL COM MANDIOCA SALADA ALMETRÃO COM CEBOLA 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)	
272,99	48,97	12,54	4,21	83,64	25,80	28,09	1,52	164,71	
Segunda-Feira 24/02/2025		Terça-feira 25/02/2025		Quarta-Feira 26/02/2025		Quinta-feira 27/02/2025		Sexta-Feira 28/02/2025	
POLENTA COM FRANGO AO MOLHO SALADA BICOLOR (cenoura e beterraba raladas) SUCO DE LARANJA		ARROZ, CARNE DE PANELA COM BATATA SALADA PEPINO UVA		ARROZ, FEIJÃO, OVO MEXIDO COM BATATA E TOMATE, SALADA DE FOLHAS MISTAS (alface e acelga) BANANA		ARROZ, FRANGO COM LEGUMES SALADA DE RUCULA COM REPOLHO MAMÃO		ARROZ, MINI FEIJOADA (CARNE ÍSCAS E PERNIL), COUVE REFOGADA 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 (mg)	
277,41	49,95	12,30	3,64	140,37	37,37	43,03	1,45	138,73	

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 TARDE: 15:00 às 15:30h

EMEI / CRECHE
FEVEREIRO 2025

Segunda-Feira 03/02/2025		Terça-Feira 04/02/2025		Quarta-Feira 5/2/2025		Quinta-Feira 6/2/2025		Sexta-feira 7/2/2025	
SOPA DE DE MACARRÃO, CARNE MOÍDA, MANDIOCA, CABOTIÃ E CHUCHU MELANCIA		ARROZ, FEIJÃO, OMELETE COM ESPINAFRE, CENOURA E TOMATE, SALADA DE ALMEIRÃO SUCO DE MARACUJÁ		SOPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, BATATA, CHUCHU E ABÓBORA MELÃO		SOPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, CARÁ, COUVE E ABOBORA ABACAXI		POLENTA, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO SALADA DE BROCOLIS COM CENOURA, SUCO DE CAJÚ	
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)	
210,70	53,79	13,34	2,39	131,60	53,89	38,51	1,86	68,24	
Segunda-Feira 10/2/2025		Terça-feira 11/2/2025		Quarta-Feira 12/2/2025		Quinta-feira 13/2/2025		Sexta-Feira 14/2/2025	
SOPA DE FUBÁ, CARNE MOÍDA, BATATA, CENOURA E BRÓCOLIS MAÇÃ		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO AO MOLHO, PURE DE BATATA SALADA DE CENOURA, SUCO DE ABACAXI		SOPA DE ARROZ, CARNE ÍSCAS, ESCAROLA, BATATA E CENOURA MELÃO		ARROZ, FEIJÃO, CARNE MOÍDA ENSOPADA, SALADA DE COUVE COM TOMATE SUCO DE MANGA/UVA		SOPA DE ARROZ, FRANGO DESFIADO, BATATA, COUVE E CENOURA 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)	
239,48	44,00	11,00	3,00	203,22	18,26	32,45	1,38	126,18	
Segunda-Feira 17/02/2025		Terça-feira 18/02/2025		Quarta-Feira 19/02/2025		Quinta-feira 20/02/2025		Sexta-Feira 21/02/2025	
SOPA DE ARROZ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE CUBOS, BRÓCOLIS, ABÓBORA E BATATA DOCE LARANJA		ARROZ, FEIJÃO, CARNE DE PANELA COM BATATAS, SALADA DE ALFACE, SUCO DE ABACAXI/UVA		SOPA DE MACARRÃO COM FRANGO, BATATA, CHUCHU E CENOURA, BANANA		ARROZ, FEIJÃO, OVOS AO VINAGRETE, SALADA DE REPOLHO, SUCO DE ACEROLA COM MAMÃO		SOPA DE MACARRÃO COM CARNE MOÍDA, BRÓCOLIS, ABÓBORA E CARÁ, 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 (mg)	
245,50	42,79	11,64	3,36	226,99	74,82	38,52	1,63	136,35	
Segunda-Feira 24/02/2025		Terça-feira 25/02/2025		Quarta-Feira 26/02/2025		Quinta-feira 27/02/2025		Sexta-Feira 28/02/2025	
SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, CARNE ÍSCAS, BATATA, TOMATE E CHICÓRIA MELÃO		ARROZ, FEIJÃO, FRANGO COM LEGUMES SALADA DE TOMATE E CEBOLA SUCO DE LIMÃO/UVA		SOPA DE ARROZ, CARNE MOÍDA, ABOBRINHA, BATATA E CENOURA ABACAXI		MACARRÃO A BOLONHESA, FEIJÃO SALADA DE BETERRABA SUCO DE MAÇÃ		SOPA DE FUBÁ, CALDO DE FEIJÃO, ISCAS, BRÓCOLIS, CENOURA E CATALONIA 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)	
219,01	39,20	10,87	2,67	474,74	24,17	36,95	1,83	123,34	

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.