

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VISTA ALEGRE DO ALTO/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 1 – ESCOLA ESTADUAL PROFESSOR SALVADOR GOGLIANO JUNIOR

ETAPA DE ENSINO: Ensino Fundamental (6º ao 9º ano) e Ensino Médio (1º ao 3º colegial)

FAIXA ETÁRIA: 11 a 15 anos (ensino fundamental) e 15 a 18 anos (ensino médio)

ZONA URBANA- PERÍODO PARCIAL (manhã, tarde e noite)

NOVEMBRO DE 2024

	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24
Café da manhã Horário: 6:45h	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó	Pão francês com manteiga Leite integral c/ café adoçado	Bolacha doce ou salgada Leite integral c/ chocolate em pó	Pão francês com manteiga Leite integral c/ café adoçado	Bolacha doce ou salgada Leite integral c/ chocolate em pó
Almoço Horário: 10:00h	Vinagrete (tomate e cebola em cubos, cheiro verde e temperos) Bife em tiras acebolado (carne bovina em tiras, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples	Sopa de legumes c/ carne e feijão (macarrão para sopa, feijão batido, carne bovina em cubos, batata, cenoura, abobrinha, tomate, cebola e temperos) Fruta: Maçã	Salada de beterraba cozida (beterraba cozida em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Pernil suíno em cubos acebolado (pernil suíno em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples	Lanche: Pão francês com presunto e muçarela Iogurte de morango	Salada de pepino (pepino, cebola, cheiro verde e temperos) Carne moída em molho (carne bovina moída, tomate, molho de tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples
Jantar Horário: 15:45h	Vinagrete (tomate e cebola em cubos, cheiro verde e temperos) Bife em tiras acebolado (carne bovina em tiras, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples RESTRIÇÃO LUAN: *13:00h – SERVIR 1 FRUTA * JANTAR – SERVIR BASTANTE SALADA DE FOLHAS E VINAGRETE E DEMAIS ALIMENTOS COM PORÇÃO CONTROLADA	Sopa de legumes c/ carne e feijão (macarrão para sopa, feijão batido, carne bovina em cubos, batata, cenoura, abobrinha, tomate, cebola e temperos) Fruta: Maçã RESTRIÇÃO LUAN: *13:00h – SERVIR 1 FRUTA * JANTAR - SERVIR 1 PRATO DE SOPA, SEM REPETIÇÃO	Salada de beterraba cozida (beterraba cozida em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Pernil suíno em cubos acebolado (pernil suíno em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples RESTRIÇÃO LUAN: *13:00h – SERVIR 1 FRUTA * JANTAR – SERVIR BASTANTE SALADA DE FOLHAS COM PEQUENA PORÇÃO DE BETERRABA E DEMAIS ALIMENTOS COM PORÇÃO CONTROLADA	Lanche: Pão francês com presunto e muçarela Iogurte de morango RESTRIÇÃO LUAN: *13:00h – SERVIR 1 FRUTA * JANTAR – SERVIR UM LANCHE (ACRESCENTAR ALFACE E TOMATE) E SUCO NATURAL COM ADOÇANTE	Salada de pepino (pepino, cebola, cheiro verde e temperos) Carne moída em molho (carne bovina moída, tomate, molho de tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples RESTRIÇÃO LUAN: *13:00h – SERVIR 1 FRUTA * JANTAR – SERVIR BASTANTE SALADA DE ALFACE COM PEPINO E DEMAIS ALIMENTOS COM PORÇÃO CONTROLADA
Lanche da noite Horário: 21:00h	Lanche: Pão francês com presunto e muçarela	Lanche: Pão com hambúrguer e muçarela	Lanche: Pão francês com pernil suíno desfiado	Lanche: Pão francês com presunto muçarela / Iogurte de morango	Lanche: Pão francês com carne moída

OBSERVAÇÃO 1: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO.

**OBSERVAÇÃO 2: RESTRIÇÃO VITÓRIA EMANUELLI (TARDE) – LÚPUS: ALIM. RICOS EM SAL, EMBUTIDOS, ENLATADOS E INDUSTRIALIZADOS
RESTRIÇÃO LUAN GABRIEL VASCO DA SILVA (TARDE) – DIABETES MELLITUS TIPO 1**



Responsável: Maria Fernanda Cortezzi Cardoso

Nutricionista RT – CRN 3: 22517

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VISTA ALEGRE DO ALTO/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 1 – ESCOLA MUNICIPAL IRINEU JULIÃO

ETAPA DE ENSINO: Ensino Fundamental (1º ao 5º ano)

FAIXA ETÁRIA: 06 A 10 anos

CARDÁPIO 1 – ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL AURÉLIO BETTINI (PRÓ INFÂNCIA)

ETAPA DE ENSINO: Educação Infantil (Jardim I e Jardim II)

FAIXA ETÁRIA: 04 A 05 anos

ZONA URBANA - PERÍODO PARCIAL (manhã e tarde)

NOVEMBRO DE 2024

	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24
Café da manhã Horário: 6:45h	Pão francês com manteiga Leite integral com chocolate em pó GABRIEL JR: LEITE COM CAFÉ	Pão francês com manteiga Leite integral com café adoçado	Bolacha doce ou salgada Leite integral c/ chocolate em pó GABRIEL JR: PÃO E LEITE C/ CAFÉ	Pão francês com manteiga Leite integral c/ café adoçado	Bolacha doce ou salgada Leite integral c/ chocolate em pó GABRIEL JR: LEITE COM CAFÉ
Almoço Horário: 9:20h	Vinagrete (tomate e cebola em cubos, cheiro verde e temperos) Bife em tiras acebolado (carne bovina em tiras, cebola e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples JOÃO: SEM FEIJÃO	Sopa de legumes c/ carne e feijão (macarrão para sopa, feijão batido, carne bovina em cubos, batata, cenoura, abobrinha, tomate, cebola e temperos) Fruta: Maçã GABRIEL JR: FRUTA - PERA JOÃO: SOPA SEM FEIJÃO	Salada de beterraba cozida (beterraba cozida em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Pernil suíno em cubos acebolado (pernil suíno em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples EMANUELY: CARNE BOVINA JOÃO: SEM FEIJÃO	Lanche: Pão francês com presunto muçarela Iogurte de morango JOÃO: SUCO	Salada de pepino (pepino, cebola, cheiro verde e temperos) Carne moída em molho (carne bovina moída, tomate, molho de tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples JOÃO: SEM FEIJÃO
Jantar Horário: 14:20h	Vinagrete (tomate e cebola em cubos, cheiro verde e temperos) Bife em tiras acebolado (carne bovina em tiras, cebola e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples	Sopa de legumes c/ carne e feijão (macarrão para sopa, feijão batido, carne bovina em cubos, batata, cenoura, abobrinha, tomate, cebola e temperos) Fruta: Maçã	Salada de beterraba cozida (beterraba cozida em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Pernil suíno em cubos acebolado (pernil suíno em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples	Lanche: Pão francês com presunto muçarela Iogurte de morango	Salada de pepino (pepino em rodela, cebola, cheiro verde e temperos) Carne moída em molho (carne bovina moída, tomate, molho de tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples

OBSERVAÇÃO 1: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO.

OBSERVAÇÃO 2: RESTRIÇÃO JOÃO (MANHÃ) – LEITE E DERIVADOS, FEIJÃO, SOJA, GRÃO DE BICO, ERVILHA, LENTILHA, OVOS E PEIXES

RESTRIÇÃO EMANUELY (MANHÃ) – CARNE SUÍNA E SEUS DERIVADOS

RESTRIÇÃO GABRIELA (MANHÃ) – INTESTINO CONSTIPADO: ALIMENTOS SECOS E QUE PRENDEM O INTESTINO



Responsável: Maria Fernanda Cortezzi Cardoso
Nutricionista RT – CRN 3: 22517

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VISTA ALEGRE DO ALTO/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 1 – EMEC PROFESSORA SIDNEY GONÇALVES FINK DORIGAN (PROGRAMA)

ETAPA DE ENSINO: Ensino Fundamental (1º ao 5º ano)

FAIXA ETÁRIA: 06 a 10 anos

ZONA URBANA – PERÍODO PARCIAL (manhã e tarde)

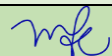
NOVEMBRO DE 2024

	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24
Café da manhã Horário: 7:15h	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó	Pão francês com manteiga Leite integral com chocolate em pó
Almoço Horário: 10:15h	Vinagrete (tomate e cebola em cubos, cheiro verde e temperos) Bife em tiras acebolado (carne bovina em tiras, cebola e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de limão	Salada de alface (alface, cebola, cheiro verde e temperos) Rocambolo de carne moída recheado com muçarela (carne bovina moída, ovo, creme de cebola, muçarela, tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Fruta: Melancia	Salada de beterraba cozida (beterraba cozida em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Pernil suíno em cubos acebolado (pernil suíno em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de maracujá	Salada de almeirão (almeirão, cebola, cheiro verde e temperos) Coxa e sobrecoxa de frango em cubos refogada com tomate (coxa e sobrecoxa de frango sem osso em cubos, tomate, cebola e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Fruta: Banana nanica	Salada de pepino (pepino, cebola, cheiro verde e temperos) Carne moída em molho (carne bovina moída, tomate, molho de tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco concentrado de caju
Lanche da tarde Horário: 11:20h 13:00h	Torta Bauru (massa caseira, presunto, muçarela, tomate, cebola, azeitona e orégano) Suco concentrado de caju	Rosquinha de coco Vitamina de leite batido com banana GAEL: ROSQUINHA DE LEITE	Bisnaguinha com manteiga Suco natural de limão	Bolacha doce (tipo levemente doce) Bebida Láctea sabor de chocolate GABRIEL: SUCO DE UVA	Biscoito de polvilho Suco concentrado de maracujá
Jantar Horário: 15:00h	Polenta com carne moída em molho (fubá, carne bovina moída, molho de tomate, tomate, cebola e temperos) Arroz branco simples Suco natural de limão	Lanche: X – Burger (pão de hambúrguer, hambúrguer bovino, mussarela, tomate e maionese) Suco concentrado de caju	Canja de galinha (arroz, filé de frango em cubos, batata, cenoura, chuchu, cebola e temperos) Suco natural de maracujá	Sopa de legumes c/ carne e feijão (macarrão para sopa, feijão batido, carne bovina em cubos, batata, cenoura, abobrinha, tomate, cebola e temperos) Fruta: Banana nanica	Lanche: Pão francês com carne moída Suco concentrado de caju

OBSERVAÇÃO 1: **CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO.**

OBSERVAÇÃO 2: **RESTRIÇÃO GABRIEL (TARDE) – INTESTINO CONSTIPADO: ALIMENTOS SECOS E QUE PRENDEM O INTESTINO**

RESTRIÇÃO GAEL (TARDE) – ALIMENTOS QUE CONTÉM COCO E SEUS DERIVADOS



Responsável: Maria Fernanda Cortezzi Cardoso
Nutricionista RT – CRN 3: 22517

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VISTA ALEGRE DO ALTO/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 1 – ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL AURÉLIO BETTINI (PRÓ INFÂNCIA) (JARDINS)

ETAPA DE ENSINO: Educação Infantil – JARDIM IC / ID, JARDIM MULTISSERIADO E JARDIM II

FAIXA ETÁRIA: 4 anos e 6 meses a 5 anos

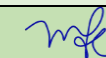
ZONA URBANA - PERÍODO PARCIAL (manhã e tarde)

NOVEMBRO DE 2024

	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24
Café da manhã 6:45h (escola) 7:00h (jardim)	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó JOÃO: PÃO SEM MANTEIGA / CHÁ	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó JOÃO: PÃO SEM MANTEIGA / CHÁ	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó JOÃO: PÃO SEM MANTEIGA / CHÁ	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó JOÃO: PÃO SEM MANTEIGA / CHÁ	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó JOÃO: PÃO SEM MANTEIGA / CHÁ
Almoço 10:00h (jardins)	Vinagrete (tomate e cebola em cubos, cheiro verde e temperos) Bife em tiras acebolado (carne bovina em tiras pequenas, cebola e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de limão	Salada de alface (alface, cebola, cheiro verde e temperos) Rocambole de carne moída recheado com muçarela (carne bovina moída, ovo, creme de cebola, muçarela, tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Fruta: Melancia	Salada de beterraba cozida (beterraba cozida em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Pernil suíno em cubos acebolado (pernil suíno em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de maracujá	Salada de almeirão (almeirão, cebola, cheiro verde e temperos) Coxa e sobrecoxa de frango em cubos refogada com tomate (coxa e sobrecoxa de frango sem osso em cubos, tomate, pimentão, cebola e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Sobremesa: Gelatina simples	Salada de pepino (pepino, cebola, cheiro verde e temperos) Carne moída em molho (carne bovina moída, tomate, molho de tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco concentrado de caju
Lanche da tarde 12:00h (escola) 12:30h (jardins)	Bisnaguinha com manteiga Suco concentrado de abacaxi JOÃO: BISNAGUINA SEM MANTEIGA	Rosquinha de coco Vitamina de leite batido com banana JOÃO: SUCO DE LARANJA	Pão de queijo Suco concentrado de caju JOÃO: BOLACHA SALGADA (NÃO PODE PÃO DE QUEIJO)	Torta Bauru (massa caseira, presunto, muçarela, tomate, cebola, azeitona e orégano) Suco natural de limão JOÃO: TORTA SEM LEITE E SEM MUÇARELA	Bolacha doce (tipo levemente doce) Iogurte de morango JOÃO: SUCO DE CAJU
Jantar 15:00h (jardim)	Polenta com carne moída em molho (fubá, carne bovina moída, molho de tomate, tomate, cebola e temperos) Suco natural de limão	Lanche: X- Burger (pão de hambúrguer, hambúrguer bovino, muçarela, tomate e maionese) Suco concentrado de caju JOÃO: LANCHE SEM MUÇARELA	Canja de galinha (arroz, peito de frango em cubos, batata, cenoura, chuchu, cebola e temperos) Suco natural de maracujá	Sopa de feijão (macarrão, feijão batido, carne bovina em cubos, batata, cenoura, abobrinha, tomate, cebola e temperos) Sobremesa: Gelatina simples JOÃO: SOPA SEM FEIJOÃO	Lanche: Pão francês com presunto muçarela Suco concentrado de caju JOÃO: PÃO SÓ COM PRESUNTO

OBSERVAÇÃO 1: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO.

OBSERVAÇÃO 2: RESTRIÇÃO JOÃO (TARDE) – LEITE E DERIVADOS, FEIJOÃO, SOJA, GRÃO DE BICO, ERVILHA, LENTILHA, OVOS E PEIXES



Responsável: Maria Fernanda Cortezzi Cardoso
Nutricionista RT – CRN 3: 22517

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VISTA ALEGRE DO ALTO/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 1 – ASSOCIAÇÃO CORAÇÃO DE JESUS (MATERNAS)

ETAPA DE ENSINO: Educação Infantil – MATERNAL (salas: Maternal IA, Maternal IB, Maternal IC, Maternal IIA, Maternal IIB e Maternal IIC)

FAIXA ETÁRIA: Maternal I: 2 anos e 6 meses à 3 anos e 6 meses / Maternal II: 3 anos e 6 meses a 4 anos e 6 meses)

ZONA URBANA - PERÍODO INTEGRAL

NOVEMBRO DE 2024

	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24
Café da manhã Horário: 6:55h 7:10h	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó	Pão francês com manteiga Leite integral c/ chocolate em pó
Almoço Horário: 9:50h 10:15h	Vinagrete (tomate e cebola em cubos, cheiro verde e temperos) Bife em tiras acebolado (carne bovina em tiras pequenas, cebola e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de limão	Salada de alface (alface, cebola, cheiro verde e temperos) Rocambolo de carne moída com muçarela (carne bovina moída, ovo, creme de cebola, muçarela, tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Fruta: Melancia	Salada de beterraba cozida (beterraba cozida em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Pernil suíno em cubos acebolado (pernil suíno em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de maracujá	Salada de almeirão (almeirão, cebola, cheiro verde e temperos) Coxa e sobrecoxa de frango em cubos refogada com tomate (coxa e sobrecoxa de frango sem osso em cubos, tomate, cebola e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Fruta: Banana nanica	Salada de pepino (pepino, cebola, cheiro verde e temperos) Carne moída em molho (carne bovina moída, tomate, molho de tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco concentrado de caju
Lanche da tarde Horário: 12:10h 12:30h	Bisnaguinha com manteiga Suco concentrado de uva	Torta Bauru (massa caseira, presunto, muçarela, tomate, cebola, azeitona e orégano) Suco concentrado de caju	Rosquinha de coco Vitamina de leite batido com banana (usar banana bem madura p/adoçar)	Bolacha doce (tipo levemente doce) Iogurte de morango	Pão de queijo Suco concentrado de goiaba
Jantar Horário: 14:45h 15:00h	Polenta com carne moída em molho (fubá, carne bovina moída, molho de tomate, tomate, cebola e temperos) Suco natural de limão	Salada de alface (alface, cebola, cheiro verde e temperos) Lasanha de queijo com molho à bolonhesa (massa de lasanha, muçarela, molho de tomate, carne bovina moída e temperos) Arroz branco simples Fruta: Melancia	Canja de galinha (arroz, filé de frango em cubos, batata, cenoura, chuchu, cebola e temperos) Suco natural de maracujá	Salada de almeirão (almeirão, cebola, cheiro verde e temperos) Macarrão com molho de tomate e carne em cubos (macarrão, carne bovina, molho de tomate, tomate, cebola e temperos) Suco concentrado de caju	Sopa de feijão com legumes (macarrão, feijão batido, carne bovina em cubos, batata, cenoura, abobrinha, tomate, cebola e temperos) Suco concentrado de caju

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO.



Responsável: Maria Fernanda Cortezzi Cardoso
Nutricionista RT – CRN 3: 22517

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO DE VISTA ALEGRE DO ALTO/SP
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

CARDÁPIO 1 – ASSOCIAÇÃO CORAÇÃO DE JESUS (BERÇÁRIOS)

ETAPA DE ENSINO: Educação Infantil – BERÇÁRIOS (Salas: Berçário IA, Berçário IB, Berçário IIA, Berçário IIB e Berçário Multiseriado)

FAIXA ETÁRIA: Berçários I: 6 meses a 1 ano e 6 meses / Berçário II: 1 ano e 6 meses a 2 anos e 6 meses)

ZONA URBANA - PERÍODO INTEGRAL

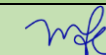
NOVEMBRO DE 2024

	2ª FEIRA 04/11/24	3ª FEIRA 05/11/24	4ª FEIRA 06/11/24	5ª FEIRA 07/11/24	6ª FEIRA 08/11/24
Mamadeira Horário: 7:20h	Leite integral puro (mamadeira) SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR Ou Mingau de aveia com banana (leite integral, leite em pó, aveia em flocos finos e banana nanica madura amassada – para adoçar) L. BENÍCIO E ALICE: FRUTA	Leite integral puro (mamadeira) SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR L. BENÍCIO E ALICE: FRUTA	Leite integral puro (mamadeira) SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR Ou Mingau de aveia com banana (leite integral, leite em pó, aveia em flocos finos e banana nanica madura amassada – para adoçar) L. BENÍCIO E ALICE: FRUTA	Leite integral puro (mamadeira) SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR L. BENÍCIO E ALICE: FRUTA	Leite integral puro (mamadeira) SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR Ou Mingau de aveia com banana (leite integral, leite em pó, aveia em flocos finos e banana nanica madura amassada – para adoçar) L. BENÍCIO E ALICE: FRUTA
Almoço Horário: 9:00h	Carne de panela com mandioquinha (carne bovina cozida desfiada, mandioquinha, tomate, cebola, alho, pouco sal/temperos) Arroz branco simples Feijão (carioca) simples Fruta: Melão Bebida: Água	Peixe ensopado desfiado (filé de tilápia desfiado, com molho de tomate, tomate, cebola, cheiro verde, pouco sal/temperos) Arroz branco simples Feijão (carioca) com espinafre Suco natural de laranja lima (NÃO COLOCAR AÇÚCAR)	Frango em molho com batata doce (coxa e sobrecoxa de frango sem osso em cubos desfiada, batata doce cozida amassada, molho de tomate, tomate, cebola, pouco sal /temperos) Arroz branco simples Feijão (carioca) simples Fruta: Pera Bebida: Água	Carne de panela desfiada (carne bovina – músculo/desfiado, cebola, pouco sal/temperos) Brócolis caipira refogado (brócolis caipira, cebola e pouco temperos) Arroz branco simples Feijão (carioca) simples Suco natural de laranja (NÃO COLOCAR AÇÚCAR)	Carne moída em molho (carne bovina moída, molho de tomate, tomate, cebola, pouco sal/temperos) Purê de batata (batata cozida, manteiga, leite integral e sal) Arroz branco simples Feijão (carioca) com couve Fruta: Melão Bebida: Água
Mamadeira Horário: 12:00h	Leite integral puro (mamadeira) SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR L. BENÍCIO E ALICE: FRUTA	Leite integral puro (mamadeira) SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR L. BENÍCIO E ALICE: FRUTA	Leite integral puro (mamadeira) SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR L. BENÍCIO E ALICE: FRUTA	Leite integral puro (mamadeira) SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR L. BENÍCIO E ALICE: FRUTA	Leite integral puro (mamadeira) SEM ADIÇÃO DE AÇÚCAR L. BENÍCIO E ALICE : FRUTA
Lanche da Tarde Horário: 13:30h	Fruta: Maçã raspadinha	Fruta: Banana nanica amassada	Fruta: Manga picadinha	Fruta: Banana maçã amassada	Mamão papaya amassado
Jantar Horário: 15:00h	Polenta com carne moída em molho (fubá, carne bovina moída, molho de tomate, tomate, cebola e temperos) Fruta: Melão Bebida: Água	Macarrão com molho de tomate e carne desfiada (macarrão, carne bovina, molho de tomate, tomate, cebola e tempero) Suco natural de laranja lima (NÃO COLOCAR AÇÚCAR)	Canja de galinha (arroz, coxa e sobrecoxa de frango sem osso em cubos, batata, cenoura, chuchu, cebola e temperos) Fruta: Pera Bebida: Água	Sopa de fubá com carne moída e couve manteiga Suco natural de laranja (NÃO COLOCAR AÇÚCAR)	Sopa de feijão (macarrão, feijão batido, carne bovina desfiada, batata, cenoura, abobrinha, tomate, cebola e temperos) Fruta: Melão Bebida: Água

Observação: Amassar muito bem os alimentos no momento de servir (não liquidificar) e servir cada grupo de alimentos separados no prato.

OBSERVAÇÃO 1: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO.

OBSERVAÇÃO 2: LÁZARO BENÍCIO – INTOLERÂNCIA A PLV E DERIVADOS



Responsável: Maria Fernanda Cortezzi Cardoso
Nutricionista RT – CRN 3: 22517