

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

**CARDÁPIO 5 – 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)

JULHO DE 2023

	2ª FEIRA 03/07/23	3ª FEIRA 04/07/23	4ª FEIRA 05/07/23	5ª FEIRA 06/07/23	6ª FEIRA 07/07/23
Café da manhã Horário: 6:45h	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>
Almoço Horário: 10:00h	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>
Jantar Horário: 15:45h	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>
Lanche da noite Horário: 21:00h	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>	<u>Férias</u>

**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 5 – ESCOLA MUNICIPAL IRINEU JULIÃO**

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

FAIXA ETÁRIA: 06 A 10 anos

**CARDÁPIO 5 – 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)

JULHO DE 2023

	2ª FEIRA 03/07/23	3ª FEIRA 04/07/23	4ª FEIRA 05/07/23	5ª FEIRA 06/07/23	6ª FEIRA 07/07/23
Café da manhã Horário: 6:45h	Pão francês com manteiga Leite integral com chocolate em pó	Pão francês com manteiga Leite integral com café adoçado	Bolacha Maria Leite integral com chocolate em pó	-----	-----
Almoço Horário: 9:20h	Salada de pepino (pepino em cubos, cebola e temperos) Almondegas em molho (carne bovina, cebola, tomate, molho de tomate, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples	Lanche: Pão francês com carne moída Fruta: Banana nanica	<u>FESTA JUNINA</u> Achocolatado Canjica Bolo de cenoura com cobertura Lanche: Pão francês com presunto e muçarela	-----	-----
Jantar Horário: 14:20h	Salada de pepino (pepino em cubos, cebola e temperos) Carne de panela em molho (carne bovina em cubos, cebola, tomate, molho de tomate, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples	Lanche: Pão francês com carne moída Fruta: Banana nanica	<u>FESTA JUNINA</u> Achocolatado Canjica Bolo de cenoura com cobertura Lanche: Pão francês com presunto e muçarela	-----	-----
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)		Valor Calórico (médio/dia)	Carboidratos (g) – média por dia	Proteínas (g) – média por dia	Lipídeos (g) – média por dia
		Café da manhã =	Café da manhã =	Café da manhã =	Café da manhã =
		Almoço =	Almoço =	Almoço =	Almoço =
		Jantar =	Jantar =	Almoço =	Jantar =

**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 5 – 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)

JULHO DE 2023

	2ª FEIRA 03/07/23	3ª FEIRA 04/07/23	4ª FEIRA 05/07/23	5ª FEIRA 06/07/23	6ª FEIRA 07/07/23
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 c/ chocolate em pó
Almoço Horário: 10:15h	Salada de pepino (pepino em cubos, cebola e temperos) Carne de panela em molho (carne bovina em cubos, cebola, tomate, molho de tomate, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de limão	Polenta com carne desfiada em molho (fubá, carne bovina em cubos cozida desfiada, cebola, cheiro verde e temperos) Fruta: Tangerina	Salada de acelga (acelga, cebola e temperos) Carne em cubo acebolada (carne bovina cubos, cebola e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de goiaba	Vinagrete (tomate em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Feijoada (feijão carioca, lombo suíno em cubos, bacon, linguiça calabresa defumada, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz branco simples Fruta: Melão	Salada de vagem com cenoura (vagem e cenoura em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Carne moída refogada com azeitona (carne bovina moída, cebola e temperos) Arroz branco simples Suco natural de maracujá
Lanche da tarde Horário: 13:00h	Torrada com orégano Suco concentrado de caju	Bisnaguinhas com requeijão Suco concentrado de uva	BANANA e MAÇA	Sequinhos Suco concentrado de maracujá	Biscoito de polvilho Suco concentrado de goiaba
Jantar Horário: 15:00h	Salada de pepino (pepino em cubos, cebola e temperos) Carne de panela em molho (carne bovina em cubos, cebola, tomate, molho de tomate, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de limão	Polenta com carne desfiada em molho (fubá, carne bovina em cubos cozida desfiada, cebola, cheiro verde e temperos) Fruta: Tangerina	Salada de acelga (alface, cebola, cheiro verde e temperos) Macarrão com molho de tomate a bolonhesa (macarrão, carne bovina moída, cebola, tomate, molho de tomate e temperos) Suco natural de goiaba	Canja de galinha (arroz, filé de frango sem osso, batata, cenoura, cebola e temperos) Fruta: Melão	Lanche: Pão francês com presunto e muçarela Suco natural de maracujá
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)		Valor Calórico (médio/dia)	Carboidratos (g) – média por dia	Proteínas (g) – média por dia	Lipídeos (g) – média por dia
		Período da manhã: Café da manhã e Almoço =	Café da manhã e Almoço =	Café da manhã e Almoço =	Café da manhã e Almoço =
		Período da tarde: Lanche da tarde e Jantar =	Lanche da tarde e Jantar =	Lanche da tarde e Jantar =	Lanche da tarde e Jantar =

**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 5 – ASSOCIAÇÃO CORAÇÃO DE JESUS (MATERNAS)**

ETAPA DE ENSINO: Educação Infantil – MATERNAL (salas: Maternal IA, Maternal IIB e Maternal Multiseriado)

FAIXA ETÁRIA: 2 anos completos a 2 anos e 11 meses / 3 anos completo a 3 anos e 11 meses

ZONA URBANA - PERÍODO INTEGRAL

JULHO DE 2023

	2ª FEIRA 03/07/23	3ª FEIRA 04/07/23	4ª FEIRA 05/07/23	5ª FEIRA 06/07/23	6ª FEIRA 07/07/23
Café da manhã Horário: 7:00h	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: 10:00h	Salada de pepino (pepino em cubos, cebola e temperos) Carne de panela em molho (carne bovina em cubos, cebola, tomate, molho de tomate, cheiro verde e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de limão	Salada de almeirão (almeirão, cebola, cheiro verde e temperos) Linguiça assada com batatas Arroz e Feijão (carioca) simples Fruta: Mamão formosa	Salada de acelga (acelga, cebola e temperos) Carne em cubo acebolada (carne bovina cubos, cebola e temperos) Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de goiaba	Vinagrete (tomate em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Feijoada (feijão carioca, lombo suíno em cubos, bacon, linguiça calabresa defumada, cebola, cheiro verde e temperos) Arroz branco simples Fruta: Melão	Salada de vagem com cenoura (vagem e cenoura em cubos, cebola, cheiro verde e temperos) Carne moída refogada com azeitona (carne bovina moída, cebola e temperos) Arroz branco simples Suco natural de maracujá
Lanche da tarde Horário: 12:30h	Torrada com orégano Suco concentrado de caju	Bisnaguinhas com requeijão Suco concentrado de uva	BANANA e MAÇA	Sequinhos Suco concentrado de maracujá	Biscoito de polvilho Suco concentrado de goiaba
Jantar Horário: 15:00h	Sopa de legumes com ervilha (macarrão, carne bovina em cubos, ervilha seca, cebola, tomate, batata, cenoura e temperos) Suco natural de limão	Polenta com carne desfiada em molho (fubá, carne bovina em cubos cozida desfiada, cebola, cheiro verde e temperos) Fruta: Tangerina	Salada de acelga (acelga, cebola, cheiro verde e temperos) Macarrão com molho de tomate a bolonhesa (macarrão, carne bovina moída, cebola, tomate, molho de tomate e temperos) Suco natural de goiaba	Salada de alface (alface, cebola, cheiro verde e temperos) Galinhada (arroz, filé de frango em cubos, cenoura ralada, milho, ervilha, vagem, tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Fruta: Melão	Canja de galinha (arroz, filé de frango sem osso, batata, cenoura, cebola e temperos) Suco natural de maracujá
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)		Valor Calórico (médio/dia)	Carboidratos (g) – média/dia	Proteínas (g) – média/dia	Lipídeos (g) – média/dia
		Kcal/ total - média do dia	carboidratos / média por dia	proteínas / média por dia	lipídeos / média por dia

**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 5 – ASSOCIAÇÃO CORAÇÃO DE JESUS**

ETAPA DE ENSINO: Educação Infantil – Maternal IIB

FAIXA ETÁRIA: 3 anos completos a 3 anos e 11 meses

ZONA URBANA - PERÍODO INTEGRAL

**Necessidades Alimentares Especiais:**

**ALUNO: JOÃO GONÇALVES DOS SANTOS**

**RESTRIÇÃO ALIMENTAR: LEITE E DERIVADOS, FEIJÃO, SOJA, GRÃO DE BICO, ERVILHA, OVOS E PEIXES EM GERAL**

JULHO DE 2023

	2ª FEIRA 03/07/23	3ª FEIRA 04/07/23	4ª FEIRA 05/07/23	5ª FEIRA 06/07/23	6ª FEIRA 07/07/23
Café da manhã Horário: 7:00h	Pão francês SEM MANTEIGA CHÁ MATE	Pão francês SEM MANTEIGA CHÁ MATE	Pão francês SEM MANTEIGA CHÁ MATE	Pão francês SEM MANTEIGA CHÁ MATE	Pão francês SEM MANTEIGA CHÁ MATE
Almoço Horário: 10:00h	Salada de pepino (pepino em cubos, cebola e temperos)  Carne de panela em molho (carne bovina em cubos, cebola, tomate, molho de tomate, cheiro verde e temperos)  Arroz branco simples SEM FEIJÃO  Suco natural de limão	Salada de almeirão (repolho verde, cebola e temperos)  Linguiça assada com batata  Arroz branco simples SEM FEIJÃO  Fruta: Mamão formosa	Salada de almeirão (repolho verde, cebola e temperos) Salada de acelga (acelga, cebola e temperos)  Carne em cubo acebolada (carne bovina cubos, cebola e temperos)  Arroz branco simples SEM FEIJÃO  Suco natural de goiaba	Vinagrete (tomate em cubos, cebola, cheiro verde e temperos)  LOMBO SUÍNO REFOGADO  Arroz branco simples SEM FEIJÃO  Fruta: Melão	Salada de vagem com cenoura (vagem e cenoura em cubos, cebola, cheiro verde e temperos)  Carne moída refogada com azeitona (carne bovina moída, cebola e temperos)  Arroz branco simples  Suco natural de maracujá
Lanche da tarde Horário: 12:30h	Torrada orégano ( sem manteiga) Suco concentrado de caju	Bisnaguinhas pura  Suco concentrado de uva	BANANA e MAÇA	Sequinhos Suco concentrado de uva	Biscoito de polvilho  Suco concentrado caju
Jantar Horário: 15:00h	Sopa de legumes SEM ERVILHA (macarrão, carne bovina em cubos, cebola, tomate, batata, cenoura e temperos)  Suco natural de limão	Polenta com carne desfiada em molho (fubá, carne bovina em cubos cozida desfiada, cebola, cheiro verde e temperos)  Fruta: Tangerina	Salada de alface (alface, cebola, cheiro verde e temperos)  Macarrão com molho de tomate a bolonhesa (macarrão, carne bovina moída, cebola, tomate, molho de tomate e temperos)  Suco natural de goiaba	Salada de alface (alface, cebola, cheiro verde e temperos)  Galinhada (arroz, filé de frango em cubos, cenoura ralada, milho, ervilha, vagem, tomate, cebola, cheiro verde e temperos)  Fruta: melão	Canja de galinha (arroz, filé de frango sem osso, batata, cenoura, cebola e temperos)  Suco natural de maracujá

**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 4 – ASSOCIAÇÃO CORAÇÃO DE JESUS (BERÇÁRIOS)**

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

FAIXA ETÁRIA: 6 a 12 meses

ZONA URBANA - PERÍODO INTEGRAL

JULHO DE 2023

	2ª FEIRA 03/07/23	3ª FEIRA 04/07/23	4ª FEIRA 05/07/23	5ª FEIRA 06/07/23	6ª FEIRA 07/07/23
Mamadeira Horário: 7:20h	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)
Almoço Horário: 9:00h	Carne de panela em molho desfiada (carne bovina desfiada, cebola, tomate, molho de tomate, cheiro verde e temperos)  Inhame cozido  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de limão	Frango moído refogado com tomate (filé de frango moído, cebola, tomate e temperos)  Espinafre refogado picado  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de melancia	Carne moída refogada com abobrinha (carne bovina moída, cebola, abobrinha ralada e temperos)  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de caju	Risotinho de legumes (ver receita)  Feijão (carioca) simples  Suco natural de abacaxi	Ovo cozido picadinho  Brócolis refogado picado  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de maracujá
Mamadeira Horário: 12:00h	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)
Lanche da Tarde Horário: 13:30h	Fruta: Banana maçã	Fruta: Maçã	Vitamina de abacate	Fruta: melão	Fruta: Pera raspadinha
Jantar Horário: 15:00h	Sopa de legumes com ervilha (macarrão, carne bovina em cubos, ervilha seca, cebola, tomate, batata, cenoura e temperos)  Suco natural de limão	Polenta com carne desfiada em molho (fubá, carne bovina em cubos cozida desfiada, cebola, cheiro verde e temperos)  Suco natural de melancia	Macarrão com molho de tomate a bolonhesa (macarrão, carne bovina moída, cebola, tomate, molho de tomate e temperos)  Suco natural de caju	Sopa de feijão (macarrão, carne bovina moída, feijão batido, cebola e temperos)  Suco natural de abacaxi	Canja de galinha (arroz, filé de frango sem osso, batata, cenoura, cebola e temperos)  Suco natural de maracujá
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)		Energia (Kcal)	Carboidratos (g) 55% a 65% do VET	Proteínas (g) 10 a 15% do VET	Lipídeos (g) 15% a 30% do VET
			g	g	g
			%	%	%

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

**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 4 – ASSOCIAÇÃO CORAÇÃO DE JESUS**

ETAPA DE ENSINO: Educação Infantil – Berçário IB

FAIXA ETÁRIA: 6 a 12 meses

ZONA URBANA - PERÍODO INTEGRAL

**Necessidades Alimentares Especiais:**

**ALUNO: LÁZARO HASS LOYOTA**

**RESTRIÇÃO ALIMENTAR: LEITE E DERIVADOS**

JULHO DE 2023

	2ª FEIRA 03/07/23	3ª FEIRA 04/07/23	4ª FEIRA 05/07/23	5ª FEIRA 06/07/23	6ª FEIRA 07/07/23
Mamadeira Horário: 7:20h	Chá de Camomila ou Erva doce	Chá de Camomila ou Erva doce	Chá de Camomila ou Erva doce	Chá de Camomila ou Erva doce	Chá de Camomila ou Erva doce
Almoço Horário: 9:00h	Carne de panela em molho desfiada (carne bovina desfiada, cebola, tomate, molho de tomate, cheiro verde e temperos)  Inhame cozido  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de limão	Frango moído refogado com tomate (filé de frango moído, cebola, tomate e temperos)  Espinafre refogado picado  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de melancia	Carne moída refogada com abobrinha (carne bovina moída, cebola, abobrinha ralada e temperos)  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de caju	Risotinho de legumes (ver receita)  Feijão (carioca) simples  Suco natural de abacaxi	Ovo cozido picadinho  Brócolis refogado picado  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de maracujá
Mamadeira Horário: 12:00h	Suco natural de limão	Suco natural de melancia	Suco natural de laranja	Suco natural de abacaxi	Suco natural de maracujá
Lanche da Tarde Horário: 13:30h	Fruta: Maçã raspadinha	Fruta: Banana nanica amassada	Fruta: Abacate	Fruta: Melão	Fruta: Pera raspadinha
Jantar Horário: 15:00h	Sopa de legumes com ervilha (macarrão, carne bovina em cubos, ervilha seca, cebola, tomate, batata, cenoura e temperos)  Suco natural de limão	Polenta com carne desfiada em molho (fubá, carne bovina em cubos cozida desfiada, cebola, cheiro verde e temperos)  Suco natural de melancia	Macarrão com molho de tomate a bolonhesa (macarrão, carne bovina moída, cebola, tomate, molho de tomate e temperos)  Suco natural de caju	Sopa de feijão (macarrão, carne bovina moída, feijão batido, cebola e temperos)  Suco natural de abacaxi	Canja de galinha (arroz, coxa e sobrecoxa de frango sem osso, batata, cenoura, cebola e temperos)  Suco natural de maracujá

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

**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

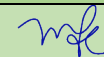
**CARDÁPIO 5 – ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL AURÉLIO BETTINI (PRÓ INFÂNCIA) (MATERNAL E JARDINS)**

- ETAPA DE ENSINO: Educação Infantil – MATERNAL IIC (alunos da Associação Coração de Jesus) / FAIXA ETÁRIA: 3 anos completos a 3 anos e 11 meses  
ZONA URBANA - PERÍODO INTEGRAL
- ETAPA DE ENSINO: Educação Infantil – JARDIM I E JARDIM II / FAIXA ETÁRIA: 4 a 5 anos  
ZONA URBANA - PERÍODO PARCIAL (manhã e tarde)

JULHO DE 2023

	2ª FEIRA 03/07/23	3ª FEIRA 04/07/23	4ª FEIRA 05/07/23	5ª FEIRA 06/07/23	6ª FEIRA 07/07/23
Café da manhã 6:45h (escola) 7:00h (jardim) 7:15h (maternal)	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 9:45h (jardim) 10:00h (maternal)	Salada de pepino (pepino em cubos, cebola e temperos)  Carne de panela em molho (carne bovina em cubos, cebola, tomate, molho de tomate, cheiro verde e temperos)  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de limão	Salada de alface (alface, cebola, cheiro verde e temperos)  Linguiça assada com batatas  Arroz e Feijão (carioca) simples  Fruta: Tangerina	Salada de almeirão (repolho verde, cebola e temperos)  Carne em cubo acebolada (carne bovina cubos, cebola e temperos)  Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de goiaba	Vinagrete (tomate em cubos, cebola, cheiro verde e temperos)  Feijoada (feijão carioca, lombo suíno em cubos, bacon, linguiça calabresa defumada, cebola, cheiro verde e temperos)  Arroz branco simples  Fruta: Melão	Salada de vagem com cenoura (vagem e cenoura em cubos, cebola, cheiro verde e temperos)  Carne moída refogada com azeitona (carne bovina moída, cebola e temperos)  Arroz branco simples  Suco natural de maracujá
Lanche da tarde 12:00h (escola) 12:30h (maternal) 13:00h (jardim)	Torrada com orégano Suco concentrado de caju	Bisnaguinhas com requeijão Suco concentrado de uva	BANANA e MAÇA	Sequinhos Suco concentrado de maracujá	Biscoito de polvilho Suco concentrado de goiaba
Jantar 15:00h (jardim) 15:15h (maternal)	Sopa de legumes com ervilha (macarrão, carne bovina em cubos, ervilha seca, cebola, tomate, batata, cenoura e temperos)  Suco natural de limão	Polenta com carne desfiada em molho (fubá, carne bovina em cubos cozida desfiada, cebola, cheiro verde e temperos)  Fruta: Tangerina	Salada de alface (alface, cebola, cheiro verde e temperos)  Macarrão com molho de tomate a bolonhesa (macarrão, carne bovina moída, cebola, tomate, molho de tomate e temperos) Suco natural de goiaba	Salada de alface (alface, cebola, cheiro verde e temperos)  Galinhada (arroz, coxa e sobrecoxa de frango em cubos, cenoura ralada, milho, ervilha, vagem, tomate, cebola, cheiro verde e temperos) Fruta: Melão	Canja de galinha (arroz, filé de frango sem osso, batata, cenoura, cebola e temperos)  Suco natural de maracujá
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)		Energia (Kcal)	Carboidratos (g) 55% a 65% do VET	Proteínas (g) 10 a 15% do VET	Lipídeos (g) 15% a 30% do VET
			g	g	g
			%	%	%

OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO.



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



## PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR – PNAE

**CARDÁPIO 3 – ESCOLA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO INFANTIL AURÉLIO BETTINI (PRÓ INFÂNCIA) (BERÇÁRIO)**

ETAPA DE ENSINO: Educação Infantil – BERÇÁRIO (alunos da Associação Coração de Jesus)

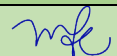
FAIXA ETÁRIA: 1 ano completo a 1 ano e 11 meses)

ZONA URBANA - PERÍODO INTEGRAL

JULHO DE 2023

	2ª FEIRA 03/07/23	3ª FEIRA 04/07/23	4ª FEIRA 05/07/23	5ª FEIRA 06/07/23	6ª FEIRA 07/07/23
Mamadeira Horário: 7:20h	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)
Almoço Horário: 9:00h	Carne de panela em molho desfiada (carne bovina desfiada, cebola, tomate, molho de tomate, cheiro verde e temperos)  Inhame cozido  Arroz e Feijão (carioca) simples Suco natural de limão	Frango moído refogado com tomate (filé de frango moído, cebola, tomate e temperos)  Espinafre refogado picado  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de melancia	Carne moída refogada com abobrinha (carne bovina moída, cebola, abobrinha ralada e temperos)  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de laranja	Risotinho de legumes (ver receita)  Feijão (carioca) simples  Suco natural de abacaxi	Ovo cozido picadinho  Brócolis refogado picado  Arroz e Feijão (carioca) simples  Suco natural de maracujá
Mamadeira Horário: 12:00h	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)	Leite de vaca integral (sem adição de açúcar)
Lanche da Tarde Horário: 13:30h	Fruta: Maçã raspadinha	Fruta: Banana nanica amassada	Vitamina de abacate	Fruta: Laranja lima	Fruta: Pera raspadinha
Jantar Horário: 15:00h	Sopa de legumes com ervilha (macarrão, carne bovina em cubos, ervilha seca, cebola, tomate, batata, cenoura e temperos)  Suco natural de limão	Polenta com carne desfiada em molho (fubá, carne bovina em cubos cozida desfiada, cebola, cheiro verde e temperos)  Suco natural de melancia	Macarrão com molho de tomate a bolonhesa (macarrão, carne bovina moída, cebola, tomate, molho de tomate e temperos)  Suco natural de laranja	Sopa de feijão (macarrão, carne bovina moída, feijão batido, cebola e temperos)  Suco natural de abacaxi	Canja de galinha (arroz, coxa e sobrecosta de frango sem osso, batata, cenoura, cebola e temperos)  Suco natural de maracujá
COMPOSIÇÃO NUTRICIONAL (média semanal)		Energia (Kcal)	Carboidratos (g) 55% a 65% do VET	Proteínas (g) 10 a 15% do VET	Lipídeos (g) 15% a 30% do VET
			g	g	g
			%	%	%

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

**OBSERVAÇÃO: CARDÁPIO SUJEITO A ALTERAÇÃO.**

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