

CARDÁPIO V

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - JANEIRO/ 2025
Para atendimento: Alunos matriculados no 1^a e 2^a etapa - faixa etária de 04 anos a 05 anos.

SERVIÇOS		30/12/2024	31/12/2024	01/01/2025	02/01/2025	03/01/2025
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.				
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL MANHÃ	SERVIÇO LANCHE DA MANHÃ	ATIVIDADE SUSPENSA	ATIVIDADE SUSPENSA	FERIADO CONFRATERNIZAÇÃO UNIVERSAL	Leite integral c/ cacau em pó	Leite integral
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ				Biscoito salgado	Mamão picado + Chips de maçã
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL TARDE	SERVIÇO LANCHE DA TARDE				Arroz branco	Macarrão tipo parafuso c/ molho de tomate
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL TARDE	SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE				Feijão carioca Ovo mexido c/ cenoura ralada e abobrinha	Feijão carioca Carne em cubos c/ tomate
					Salada de acelga c/ beterraba	Repolho refogado
					Leite integral	Leite integral batido c/ maçã e mamão
					Maçã picada c/ aveia	Pão bisnaguinha c/ queijo caseiro
					Batata inglesa sautê	Arroz branco
					Frango desfiada c/ cenoura	Feijão carioca
					Abóbora refogada	Ovo mexido c/ tomate e cheiro verde
					Salada de repolho	Salada de acelga c/ cenoura ralada

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1040,58 KCAL / CHO 147,30g / PTN 51,21 g / LIP 27,14 g / Fe 7,56 mg / Sódio 926,71 mg / Zn 5,39 mg / Ca 598,16 mg / VIT A 1403,42 mcg / Mg 195,64 mg / VIT C 51,74 mg / Fibras 14,48 g
 Cardápio período parcial: VCT 559,30 KCAL / CHO 79,06 g / PTN 27,40 g / LIP 14,64 g / Fe 4,89 mg / Sódio 476,38 mg / Zn 2,90 mg / Ca 318,14 mg / VIT A 1089,83 mcg / Mg 112,65 mg / VIT C 29,18 mg / Fibras 8,14 g
 SUPRINDO 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS INTEGRAIS.

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adaptações deste cardápio.

É proibida a adição de açúcar na alimentação dos alunos que fazem uso deste cardápio.

Legumes, verduras e frutas :considerar a safra para fornecimento.

As frutas deverão ser oferecidas em corte de acordo com a adaptação do escolar.

Os alimentos deverão ser bem cozidos.

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de maturação/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orientação/autorização do Setor de Alimentação Escolar.

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - JANEIRO/ 2025

Para atendimento: Alunos matriculados no 1^a e 2^a etapa - faixa etária de 04 anos a 05 anos.

SERVIÇOS		06/01/2024	07/01/2024	08/01/2024	09/01/2024	10/01/2024
		Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
		Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.				
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL MANHÃ	SERVIÇO LANCHE DA MANHÃ	Leite integral batido c/ banana prata Biscoito salgado	Leite integral c/ cacau em pó Banana prata picada c/ aveia	Leite integral batido c/ abacate e banana Pão bisnaguinha c/ manteiga	Leite integral c/ cacau em pó Biscoito salgado Mamão picado	Leite integral Banana picada c/ aveia
	SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ	Arroz branco Feijão carioca Carne moída refogada c/ abóbora	Arroz branco Feijão preto Pernil em cubos c/ tomate Farofa com cenoura	Macarrão tipo parafuso c/ molho de tomate c/ queijo meia cura ralado Feijão carioca Frango em cubos refogado c/ tomate	Mandioca refogada Feijão carioca Carne moída c/ tomate Repolho refogado c/ cenoura	Arroz branco Feijão carioca Frango em cubos c/ abóbora
	SERVIÇO LANCHE DA TARDE	Salada de escarola Salada de frutas (banana + maçã + mamão + suco de laranja) Chips de maçã	Couve refogada	Salada de acelga c/ cenoura ralada	Suco de uva integral individual	Salada de repolho c/ tomate
	SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Salada de frutas (banana + maçã + mamão + suco de laranja) Chips de maçã	Leite integral batido c/ banana prata Pão bisnaguinha c/ manteiga	Leite integral c/ cacau em pó Biscoito salgado Banana	Leite integral batido c/ mamão Pão bisnaguinha c/ manteiga	Leite integral c/ chocolate em pó Bolo de banana c/ aveia e geleia
	SERVIÇO LANCHE DA TARDE	Macarrão tipo ave maria c/ molho de tomate Pernil desfiado Abobrinha refogada	Escondidinho de mandioca salpicado c/ queijo meia cura ralado	Arroz branco Feijão carioca Carne desfiada c/ molho de tomate	Macarrão tipo parafuso c/ molho de tomate e queijo meia cura ralado Pernil em cubos c/ abóbora	Escondidinho de mandioquinha Feijão carioca Carne moída c/ molho de tomate
	SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Salada de escarola Suco de uva integral individual	Cenoura em cubos	Filé de peixe assado c/ tomate Batata sautê	Salada de acelga	Salada de escarola c/ cenoura ralada
	SERVIÇO LANCHE DA TARDE	Salada de escarola Salada de frutas (banana + maçã + mamão + suco de laranja)	Salada de acelga c/ tomate	Salada de alface		
	SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Macarrão tipo ave maria c/ molho de tomate Pernil desfiado Abobrinha refogada				

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1040,58 KCAL / CHO 147,30g / PTN 51,21 g / LIP 27,14 g / Fe 7,56 mg / Sódio 926,71 mg / Zn 5,39 mg / Ca 598,16 mg / VIT A 1403,42 mcg / Mg 195,64 mg / VIT C 51,74 mg / Fibras 14,48 g
 Cardápio período parcial: VCT 559,30 KCAL / CHO 79,06 g / PTN 27,40 g / LIP 14,64 g / Fe 4,89 mg / Sódio 476,38 mg / Zn 2,90 mg / Ca 318,14 mg / VIT A 1089,83 mcg / Mg 112,65 mg / VIT C 29,18 mg / Fibras 8,14 g
 SUPRINDO 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS INTEGRAIS.

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adaptações deste cardápio.

É proibida a adição de açúcar na alimentação dos alunos que fazem uso deste cardápio.

Legumes, verduras e frutas :considerar a safra para fornecimento.

As frutas deverão ser oferecidas em corte de acordo com a adaptação do escolar.

Os alimentos deverão ser bem cozidos.

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de maturação/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orientação/autorização do Setor de Alimentação Escolar.

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - JANEIRO/ 2025
Para atendimento: Alunos matriculados no 1^a e 2^a etapa - faixa etária de 04 anos a 05 anos.

SERVIÇOS	13/01/2025	14/01/2025	15/01/2025	16/01/2025	17/01/2025	
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
	Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.					
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL MANHÃ	SERVIÇO LANCHE DA MANHÃ	Leite integral c/ cacau em pó Maça + Chips de maçã	Leite integral batido c/ mamão Pão bisnaguinha c/ requeijão caseiro	Leite integral batido c/ maçã e banana Biscoito salgado	Leite integral c/ chocolate em pó Pão bisnaguinha c/ queijo meia cura	Leite integral Mamão picado + Chips de maçã
	SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido c/ cenoura Salada de acelga c/ tomate Suco de uva integral individual	Arroz branco Feijão carioca Iscas de frango c/ abobrinha e abóbora Salada de escarola	Macarrão tipo ave maria c/ molho de tomate c/ queijo meia cura Pernil em cubos acebolado Abobrinha refogada Salada de alface c/ beterraba ralada	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido c/ tomate Beterraba em cubos cozida Salada de alface	Polenta cremosa salpicada c/ queijo meia cura ralado Feijão carioca Pernil desfiado c/ tomate Salada de acelga c/ cenoura
	SERVIÇO LANCHE DA TARDE	Leite integral batido c/ maçã e mamão Biscoito salgado	Leite integral Mamão picado + Chips de maçã	Leite integral batido c/ cacau em pó Banana	Leite integral batido c/ abacate Biscoito salgado Maçã	Leite integral c/ chocolate em pó Bolo de banana c/ aveia e geleia
	SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Macarrão tipo parafuso c/ molho de tomate Iscas de frango acebolada Abóbora refogada Salada de escarola	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido c/ tomate Salada de acelga e beterraba ralada Suco de uva integral individual	Arroz branco Feijão carioca Iscas de figado acebolado Batata sautê Salada de alface	Macarrão tipo ave maria c/ molho de tomate e queijo meia cura ralado Frango em cubos acebolado Cenoura ralada Salada de escarola	Arroz branco Feijão carioca Carne moída c/ abobrinha Salada de repolho c/ cenoura ralada

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1040,58 KCAL / CHO 147,30g / PTN 51,21 g / LIP 27,14 g / Fe 7,56 mg / Sódio 926,71 mg / Zn 5,39 mg / Ca 598,16 mg / VIT A 1403,42 mcg / Mg 195,64 mg / VIT C 51,74 mg / Fibras 14,48 g
Cardápio período parcial: VCT 559,30 KCAL / CHO 79,06 g / PTN 27,40 g / LIP 14,64 g / Fe 4,89 mg / Sódio 476,38 mg / Zn 2,90 mg / Ca 318,14 mg / VIT A 1089,83 mcg / Mg 112,65 mg / VIT C 29,18 mg / Fibras 8,14 g
SUPRINDO 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS INTEGRAIS.

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adaptações deste cardápio.

É proibida a adição de açúcar na alimentação dos alunos que fazem uso deste cardápio.

Legumes, verduras e frutas :considerar a safra para fornecimento.

As frutas deverão ser oferecidas em corte de acordo com a adaptação do escolar.

Os alimentos deverão ser bem cozidos.

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de maturação/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orientação/autorização do Setor de Alimentação Escolar.



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - JANEIRO/ 2025

Para atendimento: Alunos matriculados no 1^a e 2^a etapa - faixa etária de 04 anos a 05 anos.

SERVIÇOS	20/01/2025	21/01/2025	22/01/2025	23/01/2025	24/01/2025	
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira	
Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.						
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL MANHÃ	SERVIÇO LANCHE DA MANHÃ	Leite integral batido c/ mamão Biscoito salgado	Leite integral c/ chocolate em pó Bolo de banana c/ aveia e geleia	Leite integral batido c/ banana prata e maçã Mamão c/ aveia	Leite integral c/ chocolate em pó Maçã	Leite integral batido c/ maçã, mamão e aveia Pão bisnaguinha c/ manteiga
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ	Arroz branco Feijão carioca Filé de peixe c/ cenoura e tomate Batata inglesa sautê Salada de escarola	Macarrão tipo padre nosso c/ molho de tomate Feijão carioca Carne moída refogada Salada de acelga c/ tomate	Arroz branco Feijão carioca Frango em cubos c/ cenoura Salada de escarola Suco de uva integral individual	Macarrão tipo parafuso alho e óleo Feijão carioca Pernil em cubos acebolado Salada de repolho c/ tomate	Batata inglesa refogada c/ queijo meia cura ralado Feijão carioca Frango em cubos c/ abóbora Salada de alface c/ tomate
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL TARDE	SERVIÇO LANCHE DA TARDE	Leite integral Maçã picada	Leite integral batido c/ mamão Biscoito salgado Chips de maçã	Leite integral c/ chocolate em pó Pão bisnaguinha c/ queijo meia cura (banana + maçã + mamão + suco de laranja) c/ aveia	Salada de frutas Banana	Leite integral c/ chocolate em pó Banana
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Arroz branco Feijão preto Pernil em cubos acebolada Farofa c/ cenoura ralada Couve refogada	Purê de batata inglesa Feijão carioca Iscas de frango c/ abóbora Salada de repolho	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido c/ cenoura ralada Salada de acelga c/ beterraba	Polenta cremosa c/ queijo meia cura ralado Feijão carioca Iscas de frango c/ molho de tomate Salada de alface	Macarrão tipo parafuso c/ molho de tomate Carne moída refogada c/ tomate Cenoura ralada Salada de escarola Suco de uva integral individual

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1040,58 KCAL / CHO 147,30g / PTN 51,21 g / LIP 27,14 g / Fe 7,56 mg / Sódio 926,71 mg / Zn 5,39 mg / Ca 598,16 mg / VIT A 1403,42 mcg / Mg 195,64 mg / VIT C 51,74 mg / Fibras 14,48 g
Cardápio período parcial: VCT 559,30 KCAL / CHO 79,06 g / PTN 27,40 g / LIP 14,64 g / Fe 4,89 mg / Sódio 476,38 mg / Zn 2,90 mg / Ca 318,14 mg / VIT A 1089,83 mcg / Mg 112,65 mg / VIT C 29,18 mg / Fibras 8,14 g

SUPRINDO 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS INTEGRAIS.

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adaptações deste cardápio.

É proibida a adição de açúcar na alimentação dos alunos que fazem uso deste cardápio.

Legumes, verduras e frutas :considerar a safra para fornecimento.

As frutas deverão ser oferecidas em corte de acordo com a adaptação do escolar.

Os alimentos deverão ser bem cozidos.

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de maturação/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orientação/autorização do Setor de Alimentação Escolar.



ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - JANEIRO/ 2025

Para atendimento: Alunos matriculados no 1^a e 2^a etapa - faixa etária de 04 anos a 05 anos.

SERVIÇOS	27/01/2025	28/01/2025	29/01/2025	30/01/2025	31/01/2025
	Segunda-feira	Terça-feira	Quarta-feira	Quinta-feira	Sexta-feira
	Horário de distribuição dos serviços: De acordo com o quadro de horários de intervalos de aula da unidade de ensino.				
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL MANHÃ	SERVIÇO LANCHE DA MANHÃ	Leite integral batido c/ mamão	Leite integral c/ chocolate em pó	Leite integral	Leite integral c/ cacau em pó
		Biscoito salgado	Bolo caseiro de banana c/ geleia	Banana prata picada	Biscoito salgado
	SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ	Arroz branco	Arroz branco	Arroz branco	Mandioca refogada
		Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Arroz branco
		Ovo mexido c/ cheiro verde	Iscas de fígado acebolado	Frango em cubos c/ cenoura	Feijão carioca
			Purê de batata inglesa		Carne moída c/ tomate
		Salada de acelga c/ cenoura	Salada de escarola	Salada de acelga	Repolho refogado c/ cenoura
	SERVIÇO LANCHE DA TARDE	Leite integral	Leite integral batido c/ maçã e mamão	Leite integral batido c/ banana e mamão	Leite integral batido c/ mamão
		Maçã picada c/ aveia + Chips de macã	Biscoito salgado	Pão bisnaguinha c/ queijo meia cura	Pão bisnaguinha c/ manteiga
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL TARDE	SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Escondidinho de mandioca	Macarrão tipo parafuso ao alho e óleo	Arroz branco	Macarrão tipo parafuso c/ molho de tomate e queijo meia cura ralado
		Pernil em cubos c/ molho de tomate	Feijão carioca	Feijão carioca	Escondidinho de mandioquinha
		Abóbora refogada	Frango desfiado c/ cheiro verde e tomate	Ovo mexido c/ abobrinha e cenoura	Feijão carioca
		Escarola refogada	Salada de repolho	Couve refogada	Carne moída c/ molho de tomate
				Suco de uva integral individual	Salada de escarola c/ cenoura ralada

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 1040,58 KCAL / CHO 147,30g / PTN 51,21 g / LIP 27,14 g / Fe 7,56 mg / Sódio 926,71 mg / Zn 5,39 mg / Ca 598,16 mg / VIT A 1403,42 mcg / Mg 195,64 mg / VIT C 51,74 mg / Fibras 14,48 g
 Cardápio período parcial: VCT 559,30 KCAL / CHO 79,06 g / PTN 27,40 g / LIP 14,64 g / Fe 4,89 mg / Sódio 476,38 mg / Zn 2,90 mg / Ca 318,14 mg / VIT A 1089,83 mcg / Mg 112,65 mg / VIT C 29,18 mg / Fibras 8,14 g
 SUPRINDO 70% DAS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS INTEGRAIS.

As necessidades alimentares especiais serão atendidas de acordo com os laudos médicos mediante adaptações deste cardápio.

É proibida a adição de açúcar na alimentação dos alunos que fazem uso deste cardápio.

Legumes, verduras e frutas :considerar a safra para fornecimento.

As frutas deverão ser oferecidas em corte de acordo com a adaptação do escolar.

Os alimentos deverão ser bem cozidos.

Os gêneros alimentícios que compõem os cardápios poderão ser alterados, quando houver algum problema de entrega/ grau de maturação/ temperatura que possam comprometer a qualidade da alimentação oferecida, tanto nos aspectos sensoriais, como também sanitários, conforme orientação/autorização do Setor de Alimentação Escolar.