



CARDÁPIO III

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - MARÇO/2025

Para atendimento: Alunos matriculados no Berçário - faixa etária de 01 a 02 anos

SERVIÇOS	03/03/2024	04/03/2024	05/03/2024	06/03/2024	07/03/2024
	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	ATIVIDADE SUSPENSA	FERIADO CARNAVAL	Leite com cacau em pó	Leite batido com abacate e banana
	SERVIÇO COLAÇÃO MANHÃ			Biscoito de polvilho caseiro	Biscoito de polvilho caseiro
	SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ			Mamão	Banana
	SERVIÇO LANCHE DA TARDE			Mandioquinha sautê Feijão carioca Frango desfiado Cenoura refogada com tomate Salada de escarola	Macarrão tipo parafuso com molho de tomate in natura Feijão carioca Pernil em cubos com abóbora Abobrinha refogada Salada de alface
	SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE			Leite batido com banana Biscoito de polvilho caseiro	Leite com cacau em pó Banana
				Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido com cheiro verde Salada de repolho com tomate e cenoura	Macarrão tipo ave maria com molho de tomate in natura Feijão carioca Frango em cubos com abobrinha e tomate Salada de escarola

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 772,32 KCAL / CHO 96,54 g / PTN 41,80 g / LIP 24,13 g / Fe 5,24 mg / Sódio 866,76 mg / Zn 4,32 mg / Ca 568,81 mg / VIT A 892,33 mcg / Mg 155,20 mg / VIT C 64,62 mg / Fibras 11,93 g

Cardápio período parcial: VCT 381,14 KCAL / CHO 48,43 g / PTN 21,27 g / LIP 11,49 g / Fe 2,50 mg / Sódio 456,74 mg / Zn 2,04 mg / Ca 277,92 mg / VIT A 487,93 mcg / Mg 77,88 mg / VIT C 46,41 mg / Fibras 6,25 g

SURPRINDO 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 consistência de acordo com a adaptação do escolar (picadas, ou levemente amassadas, respeitando a maturidade fisiológica de mastigação das crianças).

Os alimentos deverão ser bem cozidos.

Na eventualidade de haver escolar de 06 meses matriculado, em fase de introdução alimentar (alimentação sólida), estes poderão receber fórmula infantil no serviço refeição caso haja recusa do serviço.

Os produtos deste cardápio deverão ser todos "in natura". Enlatados não poderão ser utilizados.

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.



CARDÁPIO III

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - MARÇO/2025

Para atendimento: Alunos matriculados no Berçário - faixa etária de 01 a 02 anos

SERVIÇOS	10/03/2025	11/03/2025	12/03/2025	13/03/2025	14/03/2025
	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 com cacau em pó	Leite batido com mamão	Leite com cacau em pó	Leite batido com maçã e banana
		Mamão com aveia	Biscoito de polvilho caseiro	Banana com aveia	Queijo meia cura picado
	SERVIÇO COLAÇÃO MANHÃ	Pera	Laranja	Mamão	Banana com aveia
					Maçã
	SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ	Arroz branco	Macarrão tipo ave maria ao alho e óleo	Mandioca cozida	Arroz branco
		Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão preto
		Filé de peixe com molho de tomate in natura e batata	Carne moída refogada	Frango em cubos com abóbora	Pernil em cubos acebolado
		Salada de acelga com cenoura ralada	Cenoura refogada com tomate		Farofa com cenoura
			Salada de repolho	Salada de acelga	Couve refogada
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO LANCHE DA TARDE	Leite batido com maçã e mamão	Leite com cacau em pó	Leite com cacau em pó	Smoothie de banana congelada com aveia
		Biscoito de polvilho caseiro	Maçã com aveia	Bolo de banana com aveia e geleia	Biscoito de polvilho caseiro
	SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Purê de mandioquinha	Arroz branco	Macarrão tipo ave maria ao alho e óleo	Batata inglesa sautê
		Feijão carioca	Feijão carioca	Feijão carioca	Arroz branco
		Frango em cubos	Iscas de fígado acebolado	Carne moída	Feijão preto
		Abóbora e abobrinha refogadas	Purê de batata	Cenoura refogada com tomate	Pernil em cubos com tomate
		Salada de repolho	Salada de acelga com cenoura ralada	Salada de escarola	Farofa com couve
					Pepino picado

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 772,32 KCAL / CHO 96,54 g / PTN 41,80 g / LIP 24,13 g / Fe 5,24 mg / Sódio 866,76 mg / Zn 4,32 mg / Ca 568,81 mg / VIT A 892,33 mcg / Mg 155,20 mg / VIT C 64,62 mg / Fibras 11,93 g

Cardápio período parcial: VCT 381,14 KCAL / CHO 48,43 g / PTN 21,27 g / LIP 11,49 g / Fe 2,50 mg / Sódio 456,74 mg / Zn 2,04 mg / Ca 277,92 mg / VIT A 487,93 mcg / Mg 77,88 mg / VIT C 46,41 mg / Fibras 6,25 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 consistência de acordo com a adaptação do escolar (picadas, ou levemente amassadas, respeitando a maturidade fisiológica de mastigação das crianças).

Os alimentos deverão ser bem cozidos.

Na eventualidade de haver escolar de 06 meses matriculado, em fase de introdução alimentar (alimentação sólida), estes poderão receber fórmula infantil no serviço refeição caso haja recusa do serviço.

Os produtos deste cardápio deverão ser todos "in natura". Enlatados não poderão ser utilizados.

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.



CARDÁPIO III

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - MARÇO/2025

Para atendimento: Alunos matriculados no Berçário - faixa etária de 01 a 02 anos

SERVIÇOS		17/03/2025	18/03/2025	19/03/2025	20/03/2025	21/03/2025
		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 com cacau em pó Biscoito de polvilho caseiro	Leite batido com mamão Pão caseiro com requeijão caseiro	Leite batido com mamão e maçã	Leite com cacau em pó Bolo de banana com aveia e geleia	Leite com cacau em pó Mamão picado
	SERVIÇO COLAÇÃO MANHÃ	Maçã	Melancia	Banana	Mamão	Pera
	SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido com tomate e cheiro verde Salada de escarola com cenoura ralada	Macarrão tipo padre nosso com molho de tomate in natura Feijão carioca Frango desfiado com abobrinha e abóbora Salada de acelga	Mandioca cozida Feijão carioca Carne desfiada Cenoura refogada com tomate Salada de escarola	Batata sautê com queijo meia cura ralado Feijão carioca Iscas de frango acebolado Salada de alface com tomate	Arroz branco Feijão carioca Pernil em cubos com abóbora Salada de repolho
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO PARCIAL TARDE	SERVIÇO LANCHE DA TARDE	Leite batido com mamão e maçã Biscoito de polvilho caseiro	Leite com cacau em pó Mamão	Leite com cacau em pó Biscoito de polvilho caseiro	Leite com cacau em pó Banana com aveia	Leite batido com abacate e banana Pão caseiro com manteiga
	SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Mandioquinha picada e cozida Feijão carioca Frango desfiado Abóbora refogada com tomate Acelga refogada	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido com cenoura e tomate Salada de alface e pepino	Macarrão tipo parafuso com molho de tomate in natura e queijo meia cura ralado Feijão carioca Pernil em cubos acebolado Abóbora e abobrinha refogadas Salada de repolho	Arroz branco Feijão carioca Carne em cubos com batata Salada de escarola e beterraba ralada	Batata cozida Feijão carioca Frango desfiado Cenoura refogada com tomate Couve refogada

NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:

Cardápio período integral: VCT 772,32 KCAL / CHO 96,54 g / PTN 41,80 g / LIP 24,13 g / Fe 5,24 mg / Sódio 866,76 mg / Zn 4,32 mg / Ca 568,81 mg / VIT A 892,33 mcg / Mg 155,20 mg / VIT C 64,62 mg / Fibras 11,93 g

Cardápio período parcial: VCT 381,14 KCAL / CHO 48,43 g / PTN 21,27 g / LIP 11,49 g / Fe 2,50 mg / Sódio 456,74 mg / Zn 2,04 mg / Ca 277,92 mg / VIT A 487,93 mcg / Mg 77,88 mg / VIT C 46,41 mg / Fibras 6,25 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 consistência de acordo com a adaptação do escolar (picadas, ou levemente amassadas, respeitando a maturidade fisiológica de mastigação das crianças).

Os alimentos deverão ser bem cozidos.

Na eventualidade de haver escolar de 06 meses matriculado, em fase de introdução alimentar (alimentação sólida), estes poderão receber fórmula infantil no serviço refeição caso haja recusa do serviço

Os produtos deste cardápio deverão ser todos "in natura". Enlatados não poderão ser utilizados.

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.



CARDÁPIO III

ALIMENTAÇÃO ESCOLAR SISTEMA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO - MARÇO/2025

Para atendimento: Alunos matriculados no Berçário - faixa etária de 01 a 02 anos

SERVIÇOS	24/03/2025	25/03/2025	26/03/2025	27/03/2025	28/03/2025	
	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 batido com mamão Biscoito de polvilho caseiro	Leite com cacau em pó Maçã	Leite batido abacate e banana Pão caseiro com queijo meia cura	Leite com cacau em pó Banana com aveia	Leite com cacau em pó Pão caseiro com queijo meia cura
	SERVIÇO COLAÇÃO MANHÃ	Melão	Maçã	Mamão	Abacate com banana	Banana
	SERVIÇO REFEIÇÃO MANHÃ	Arroz branco Feijão carioca Ovo mexido com cenoura ralada Salada de acelga com tomate	Batata inglesa sautê Feijão carioca Pernil desfiado com abóbora Salada de escarola	Macarrão tipo padre nosso ao alho e óleo Feijão carioca Frango desfiado Cenoura e abobrinha refogadas Salada de repolho	Mandioquinha sautê Feijão carioca Carne moída refogada Salada de alface com beterraba ralada	Arroz branco Feijão carioca Iscas de fígado acebolado Purê de batata Salada de alface com tomate
CARDÁPIO PARA ALUNOS MATRICULADOS EM PERÍODO INTEGRAL	SERVIÇO LANCHE DA TARDE	Leite com cacau em pó Mamão	Leite batido com maçã e mamão Pão caseiro com requeijão caseiro	Leite com cacau em pó Banana com aveia	Leite com cacau em pó Pão caseiro com queijo meia cura	Leite batido com abacate e banana
	SERVIÇO REFEIÇÃO TARDE	Escondidinho de mandioca Frango desfiado com molho de tomate in natura Feijão carioca Abóbora refogada Salada de escarola	Polenta cremosa Feijão carioca Carne moída com molho de tomate in natura Salada de acelga com cenoura ralada	Arroz branco Feijão carioca Filé de peixe com molho de tomate in natura, cheiro verde e batata Salada de alface	Purê de batata Feijão carioca Ovo mexido com tomate e cheiro verde Salada de escarola	Macarrão tipo ave maria com molho de tomate in natura e queijo meia cura Feijão carioca Pernil em cubos acebolado Abobrinha e abóbora refogadas Salada de repolho
	NOSSOS CARDÁPIOS DIARIAMENTE FORNECEM APROXIMADAMENTE:					

Cardápio período integral: VCT 772,32 KCAL / CHO 96,54 g / PTN 41,80 g / LIP 24,13 g / Fe 5,24 mg / Sódio 866,76 mg / Zn 4,32 mg / Ca 568,81 mg / VIT A 892,33 mcg / Mg 155,20 mg / VIT C 64,62 mg / Fibras 11,93 g

Cardápio período parcial: VCT 381,14 KCAL / CHO 48,43 g / PTN 21,27 g / LIP 11,49 g / Fe 2,50 mg / Sódio 456,74 mg / Zn 2,04 mg / Ca 277,92 mg / VIT A 487,93 mcg / Mg 77,88 mg / VIT C 46,41 mg / Fibras 6,25 g

SURPRINDO 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 consistência de acordo com a adaptação do escolar (picadas, ou levemente amassadas, respeitando a maturidade fisiológica de mastigação das crianças).

Os alimentos deverão ser bem cozidos.

Na eventualidade de haver escolar de 06 meses matriculado, em fase de introdução alimentar (alimentação sólida), estes poderão receber fórmula infantil no serviço refeição caso haja recusa do serviço

Os produtos deste cardápio deverão ser todos "in natura". Enlatados não poderão ser utilizados.

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.