



CARDÁPIO JULHO/2021 (COVID-19)

Para atendimento: Educação Infantil (Berçário, Maternal I e II, 1º e 2º Etapa); Ensino Fundamental I e II (1º ao 9º); Ensino Médio (1º ao 3º); EJA

DATA		Para escolares em aula presencial	Para escolares em aula remota e para escolares em aula presencial		
		<i>*Distribuição dentro da unidade de ensino (nos dias de aula presencial)</i>	<i>*Horário de distribuição: das 11h00 às 13h30min (segunda a sexta-feira)</i>		
		Lanche para consumo dentro da unidade de ensino	Kit refeição em formato marmix para consumo na residência do escolar		Lanche para consumo na residência do escolar
		DESJEJUM/LANCHE Cardápio V	REFEIÇÃO Cardápio VI	SOBREMESA Cardápio VI	DESJEJUM/LANCHE Cardápio V
5/jul	SEG	Infantil: Leite com achocolatado Biscoito maria Fund/Médio/EJA: Leite com café + açúcar Biscoito maria	Arroz e Feijão carioca Posta de peixe com molho de tomate, cebola e cheiro verde Batata Souté Salada de acelga	Laranja	Infantil: Leite com achocolatado Biscoito maria Fund/Médio/EJA: Leite com café + açúcar Biscoito maria
6/jul	TER	Leite com achocolatado Biscoito rosquinha de coco	Macarrão parafuso com molho de tomate Frango em cubos com abóbora e cebola Repolho refogado Salada de tomate	Maçã	Leite com achocolatado Biscoito rosquinha de coco
7/jul	QUA	Leite com achocolatado Biscoito salgado	Arroz e Feijão carioca Carne moída com tomate, abobrinha, cebola e cheiro verde Salada de alface	Doce individual	Leite com achocolatado Biscoito salgado
8/jul	QUI	Leite com flocos de milho	Arroz e Feijão carioca Frango desfiado com cenoura ralada, tomate, cebola e cheiro verde Salada de escarola	Melancia	Leite com flocos de milho
9/jul	SEX	FERIADO ESTADUAL			
12/jul	SEG	Leite com achocolatado Biscoito rosquinha de chocolate	Arroz e Feijão carioca Ovos mexidos com tomate, cebola e cheiro verde Cenoura em cubos refogada Salada de acelga	Maçã	Leite com achocolatado Biscoito rosquinha de chocolate
13/jul	TER	Infantil: Leite com achocolatado Biscoito salgado Fund/Médio/EJA: Leite com café + açúcar Biscoito salgado	Arroz e Feijão preto Carne moída com abóbora, cebola e cheiro Repolho refogado Salada de beterraba em cubos	Doce individual	Infantil: Leite com achocolatado Biscoito salgado Fund/Médio/EJA: Leite com café + açúcar Biscoito salgado
14/jul	QUA	Leite com flocos de milho	Arroz e Feijão carioca Iscas de Frango com cenoura, cebola e cheiro verde Salada de alface e tomate	Doce individual	Leite com flocos de milho
15/jul	QUI	Leite com achocolatado Biscoito maria	Infantil: Arroz e Feijão carioca Carne moída com molho de tomate Abobrinha refogada Salada de acelga Fund/Médio/ EJA: Arroz e Feijão carioca Salsicha com molho de tomate Abobrinha refogada Salada de acelga	Banana	Leite com achocolatado Biscoito maria
16/jul	SEX	Infantil: Leite com achocolatado Biscoito rosquinha de coco Fund/Médio/EJA: Leite com café + açúcar Biscoito rosquinha de coco	Macarrão penne com molho de tomate Pernil desfiado com tomate, cebola e cheiro verde Farofa de cenoura ralada Salada de alface	Laranja	Infantil: Leite com achocolatado Biscoito rosquinha de coco Fund/Médio/EJA: Leite com café + açúcar Biscoito rosquinha de coco

NOSSOS CARDÁPIOS FORNECEM APROXIMADAMENTE

VCT 1.395 (EMEI) 1.393 (EMEF) KCAL / CHO 229 g (EMEI) 228 g (EMEF) / PTN 65 g (EMEI) 64 g (EMEF) / LIP 25 g / Fe 11 mg (EMEI) 11 mg (EMEF) / Sódio 826 mg (EMEI) 859 mg (EMEF) / Zn 08 mg / Ca 509 mg (EMEI) 507 mg (EMEF) / VIT A 1.464 mg (EMEI) 1.422 (EMEF) / Mg 283 mg (EMEI) 278 mg (EMEF) / VIT C 49 mg (EMEI) 50 (EMEF) / Fibras 23 g (EMEI) 22 g (EMEF) / K 2.413 (EMEI) 2.372 (EMEF)
SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS DOS ALUNOS INTEGRAIS E PARCIAIS

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

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.

Os serviços para consumo em casa - DESJEJUM/LANCHE, REFEIÇÃO e SOBREMESA serão entregues em embalagens individuais que possibilitem o transporte para residência do aluno.

O serviço para consumo dentro da unidade de ensino - DESJEJUM/LANCHE será ofertado ao aluno em utensílios de mesa, de uso habitual na unidade de ensino.

Cardápio elaborado pelas Nutricionistas da Rede Municipal de Taubaté:

Nutricionistas da Prefeitura Municipal de Taubaté
Alana Rândrea Correa - CRN-3 32.184
Luciana Pereira da Nobrega - CRN-3 46.277
Talita Pisciotto de Faria - CRN-3 53.366

Nutricionista da empresa S.H.A. Comércio de Alimentos Ltda
Lydia Maria Leite Cícero - CRN-3 1.837