

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOBOREMA
CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Centro de Educação e Recreação – Dr. Horácio Alves Pereira – (DEZEMBRO -2022)



Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.

	Segunda-Feira (05.12.22)	Terça-Feira (06.12.22)	Quarta-Feira (07.12.22)	Quinta-Feira (08.12.22)	Sexta-Feira (09.12.22)
Café da Manhã (7:30 às 8:00 hs)	- MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	- MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	- MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	- MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	- MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C
Almoço (10:30 hs)	-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina grelhada -Cenoura com abobrinha refogada -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Sopa de mandioca -Salada Verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Carne suína refogada -Salada de beterraba -SALADA DE FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido com batata -Chuchu refogado -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada Tomate -FRUTA
Intervalo (13:00 hs)	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C
Lanche-I (15:00 hs)	PURÊ DE BATATA COM CENOURA E BETERRABA (BATATA, CENOURA E BETERRABA COZIDA +CEBOLA +TOMATE + CARNE MOÍDA) SOBREMESA: FRUTA	SOPA DE MANDIOQUINHA COM ERVILHA E COUVE (MANDIOQUINHA +ERVILHA +COUVE + ABORRINHA + TALOS E FOLHAS DE BETERRABA E CENOURA CARNE PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA	SOPA ARROZ (ARROZ BRANCO + LEGUMES DA ÉPOCA + FRANGO CUBOS) SOBREMESA: SORTEIPIO DE FRUTAS CONGELADAS	SOPA LEGUMES COM MACARRÃO E GRÃO DE BICO (LEGUMES DA ÉPOCA + MACARRÃO, GRÃO DE BICO + CARNE VERMELHA, ISCA) SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS	SOPA FEIJÃO BRANCO (MACARRÃO AVE MARIA + FEIJÃO BATIDO LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE VERMELHA -PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	437.2	75.8	14.2	12.5	8.9	324	31	189.9	7.9	48	2.0

Cristina Dalbello de Lima Bordinassi
 Articuladora Estruturante na Área de Educação e Nutricionista –RT-15548

OBS: *AS FRUTAS OFERECIDAS NO CARDÁPIO COMO SOBREMESA, TAMBÉM PODEM SER OFERTADAS NA FORMA DE SUCO NATURAL.

***AS FRUTAS OFERTADAS SÃO:** (Banana maçã, banana nanica, maçã, mamão papaya, melão, morango, maracujá, manga, melancia, goiaba, abacaxi, péra e limão). RESPEITANDO O ESTADO DE MATURAÇÃO.

***HORTALIÇAS e LEGUMES** (Alface lisa, cressa e americana, rúcula, almeirão, cheiro verde, repolho, cenoura, beterraba e abóbora). SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS E A COMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA FAMILIAR.

***A ALIMENTAÇÃO É VARIADA DE ACORDO COM A IDADE (MESES) DA CRIANÇA E A CONSISTÊNCIA.**

***NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES OU APÓS O CONSUMO DE FRUTAS OU SOBREMESAS, OFERTAR ÁGUA.**

***AS FRUTAS SÃO OFERTADAS APÓS O ALMOÇO E OS SUCOS DE FRUTAS NATURAIS APÓS OS LANCHES NO PERÍODO DA TARDE, PODENDO HAVER MUDANÇAS QUANDO NECESSÁRIO COM A AUTORIZAÇÃO DO NUTRICIONISTA.**

***CRIANÇAS MAIORES DE 06 MESES A 01 ANO E 03 MESES NO LUGAR DOS EMBUTIDOS (Linguiça, Salsicha, presunto e queijo). O CARDÁPIO SERÁ SUBSTITUÍDO POR OVOS E CARNES.**

UNIDADE ESCOLAR – LAURIS RAYES - (LORICE) – 07 MESES À 1 ANO

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Centro de Educação e Recreação - Dr. Horácio Alves Pereira - (DEZEMBRO -2022)

Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.



		Segunda-Feira (05.12.22)	Terça-Feira (06.12.22)	Quarta-Feira (07.12.22)	Quinta-Feira (08.12.22)	Sexta-Feira (09.12.22)
						
Café da Manhã (7:30 às 8:00 hs)		- MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	- MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	- MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	- MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	- MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C
Almoço (10:30 hs)		-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina grelhada -Cenoura com abobrinha refogada -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Sopa de mandioca -Salada Verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Carne suína refogada -Salada de beterraba -SALADA DE FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido com batata -Chuchu refogado -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada Tomate -FRUTA
Intervalo (13:00 hs)		MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C
Lanche-I (15:00 hs)		-Rosca doce de chocolate + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bolo de coco + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne moída + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bauru de forno com frango + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bolo cenoura+ SUCO NATURAL DE FRUTA

MEDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FÉRRICO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	669	110.8	19.7	15.3	12.9	198	10.2	345.6	4.2	52	1.9

Cristina Dalbello de Lima Bordinassi

Articulação Estruturante na Área de Educação e Nutricionista -RT-15548

- *AS FRUTAS OFERTADAS SÃO (Banana maçã, banana nanica, maçã, mamão papaya, melão, morango, maracujá, manga, goiaba, abacaxi, pera e limão), RESPEITANDO O ESTADO DE MATURAÇÃO.
- * HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, cressa e americana, rúcula, almeirão, cheiro verde, repolho, cenoura, beterraba e abóbora), SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS E A COMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA FAMILIAR.
- * A ALIMENTAÇÃO É VARIADA DE ACORDO COM A IDADE (MESES) DA CRIANÇA E A CONSISTÊNCIA.
- * NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES OU APÓS O CONSUMO DE FRUTAS OU SOBREMESAS, OFERTAR ÁGUA.
- * AS FRUTAS SÃO OFERTADAS APÓS O ALMOÇO E OS SUCOS DE FRUTAS NATURAIS APÓS OS LANCHES NO PERÍODO DA TARDE, PODENDO HAVER MUDANÇAS QUANDO NECESSÁRIO COM A AUTORIZAÇÃO DO NUTRICIONISTA.
- * CRIANÇAS MAIORES DE 06 MESES A 01 ANO E 03 MESES NO LUGAR DOS EMBUTIDOS (Linguiça, Salsicha, presunto e queijo). O CARDÁPIO SERÁ SUBSTITUÍDO POR OVOS E CARNES.

UNIDADE ESCOLAR - LAZARA ALVES GONCALVES - (LAZINHA) - 1 A 2 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOBOREMA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Centro de Educação e Recreação – Dr. Horácio Alves Pereira – (DEZEMBRO -2022)

Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.



		Segunda-Feira (05.12.22)	Terça-Feira (06.12.22)	Quarta-Feira (07.12.22)	Quinta-Feira (08.12.22)	Sexta-Feira (09.12.22)
						
Café da Manhã (7:30 às 8:00 hs)		-L Leite com chocolate -Pão Frances com manteiga	-L Leite com chocolate -Pão de leite com requeijão	-Vitamina de banana com aveia -Biscoito de maisena	-L Leite com chocolate -Pão doce com coco	-Capuccino -Pão francês com manteiga
Almoço (10:45 hs)		-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina grelhada -Cenoura com abobrinha refogada -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Sopa de mandioca -Salada Verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Carne suína refogada -Salada de beterraba -SALADA DE FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido com batata -Chuchu refogado -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada Tomate -FRUTA
Intervalo (13:00 hs)		MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C
Lanche-1 (15:00 hs)		-Rosca doce de chocolate + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bolo de coco + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne moída + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bauri de forno com frango + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bolo cenoura+ SUCO NATURAL DE FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	702	112.4	20.2	16.1	12.9	203	11.2	348.2	4.7	54	1.9

Articulação Estruturante na Área de Educação e Nutricionista –RT-15548

Gisélina Dalbello de Lima Bordinassi

OBS: *AS FRUTAS OFERECIDAS NO CARDÁPIO COMO SOBREMESA, TAMBÉM PODEM SER OFERTADOS NA FORMA DE SUCO NATURAL.
*AS FRUTAS OFERTADAS SÃO (Banana maçã, banana nanica, maçã, mamão papaiá, melão, morango, maracujá, manga, goiaba, abacaxi, pera e limão), RESPEITANDO O ESTADO DE MATURAÇÃO.

- *HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, cressa e americana, rúcula, almeirão, cheiro verde, repolho, cenoura, beterraba e abóbora), SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS E A COMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA FAMILIAR.
- *A ALIMENTAÇÃO É VARIADA DE ACORDO COM A IDADE (MESES) DA CRIANÇA E A CONSISTÊNCIA.
- *NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES OU APÓS O CONSUMO DE FRUTAS OU SOBREMESAS, OFERTAR ÁGUA.
- *AS FRUTAS SÃO OFERTADAS APÓS O ALMOÇO E OS SUCOS DE FRUTAS NATURAIS APÓS OS LANCHES NO PERÍODO DA TARDE, PODENDO HAVER MUDANÇAS QUANDO NECESSÁRIO COM A AUTORIZAÇÃO DO NUTRICIONISTA.

UNIDADE ESCOLAR – UMEI LAURITA CLAUDINO DO NASCIMENTO MELO - (LAURITA) – 2 À 3 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Centro de Educação e Recreação – Dr. Horácio Alves Pereira – (DEZEMBRO -2022)

Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.



	Segunda-Feira (05.12.22)	Terça-Feira (06.12.22)	Quarta-Feira (07.12.22)	Quinta-Feira (08.12.22)	Sexta-Feira (09.12.22)
					
Café da Manhã (7:30 às 8:00 hs)	-Leite com chocolate -Pão Frances com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com requeijão	-Vitamina de banana com aveia -Biscoito de maisena	-Leite com chocolate -Pão doce com coco	-Capuccino -Pão francês com manteiga
Almoço (10:45 hs)	-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina grelhada -Cenoura com abobrinha refogada -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Sopa de mandioca -Salada Verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Carne suína refogada -Salada de beterraba -SALADA DE FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido com batata -Chuchu refogado -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada Tomate -FRUTA
Lanche-I (15:00 hs)	-Rosca doce de chocolate + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bolo de coco + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne moída + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bauru de forno com frango + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bolo cenoura+ SUCO NATURAL DE FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	708	112,6	20,2	16,2	12,9	203	11,8	352	5,0	54	1,9

Cristina Dalbello de Lima Bordinassi
Articuladora Estruturante na Área de Educação e Nutricionista –RT-15548

*AS FRUTAS OFERTADAS SÃO (Banana maçã, banana nanica, maçã, mamão papaia, melão, morango, maracujá, manga, goiaba, abacaxi, pera e limão), RESPEITANDO O ESTADO DE MATURAÇÃO.
* HORTALIÇAS E LEGUMES (Araçá lisa, cressa e americana, rúcula, almeirão, cheiro verde, repolho, cenoura, beterraba e abóbora), SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS E A COMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA FAMILIAR.
* A ALIMENTAÇÃO É VARIADA, DE ACORDO COM A IDADE (MESES) DA CRIANÇA E A CONSISTÊNCIA.
* NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES OU APÓS O CONSUMO DE FRUTAS OU SOBREMESAS, OFERTAR ÁGUA.
* AS FRUTAS SÃO OFERTADAS APÓS O ALMOÇO E OS SUCOS DE FRUTAS NATURAIS APÓS OS LANCHES NO PERÍODO DA TARDE, PODENDO HAVER MUDANÇAS QUANDO NECESSÁRIO COM A AUTORIZAÇÃO DO NUTRICIONISTA.

UNIDADE ESCOLAR – BENEDICTO TORRES - (BENEDICTO) – 3 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOBOREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (DEZEMBRO - 2022) -EJA E ETEC (ENSINO FUNDAMENTAL)



Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.

	Segunda-Feira (05.12.22)	Terça-Feira (06.12.22)	Quarta-Feira (07.12.22)	Quinta-Feira (08.12.22)	Sexta-Feira (09.12.22)
					
Lanche Noturno 21:15 às 21:30 hs	-Pão com patê de frango + FRUTA	-Pão com carne moída refogada com cenoura +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne e tomate +FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Cachorro quente+ FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (µg)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	899	210,5	30,8	18,4	19,5	287	29,6	540	6,7	128	3,5

Articulação Estruturante na Área de Educação e Nutricionista – RT -15548

Cristina Dalbello de Lima Bordinassi

OBS:

- *NOS INTERVALOS E APÓS O CONSUMO DE FRUTAS (MAÇÃ ou BANANA NANICA ou BANANA MAÇA ou TANGERINA ou MELANCIA ou MELÃO DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS ou SUCOS, SEMPRE OFERTAR ÁGUA.
- * OS HORTIFRUTIS DO CARDÁPIO PODEM SOFRER ALTERAÇÕES DEVIDO A SAFRA, COLHEITA,CLIMA OU PROBLEMAS NO FORNECIMENTO.
- *O CARDÁPIO ATENDE TODA A NECESSIDADE NUTRICIONAL PARA O ALUNO E A EXIGENCIA COMPLEMENTAR PARA ALIMENTAÇÃO DA AGRICULTURA FAMILIAR.

E.E. DOM GASTÃO LIBERAL PINTO - A PARTIR DE 15 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOBÓREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (DEZEMBRO - 2022) -EJA E ETEC (ENSINO FUNDAMENTAL)



Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.

	Segunda-Feira (05.12.22)	Terça-Feira (06.12.22)	Quarta-Feira (07.12.22)	Quinta-Feira (08.12.22)	Sexta-Feira (09.12.22)
					
Lanche Noturno 21:15 às 21:30 hs	-Pão com patê de frango + FRUTA	-Pão com carne moída refogada com cenoura +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne e tomate +FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Cachorro quente+ FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	899	210.5	30.8	18.4	19.5	287	29.6	540	6.7	128	3.5

.....
Cristina Dalbello de Lima Bordinassi
Articulação Estruturante na Área de Educação e Nutricionista – RT -15548

OBS:

*NOS INTERVALOS E APÓS O CONSUMO DE FRUTAS (MAÇÃ ou BANANA NANICA ou BANANA MAÇA ou TANGERINA ou MELÃO DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS ou SUCOS, SEMPRE OFERTAR ÁGUA.

* OS HORTIFRUTIS DO CARDÁPIO PODEM SOFRER ALTERAÇÕES DEVIDO A SAFRA, COLHEITA,CLIMA OU PROBLEMAS NO FORNECIMENTO.

*O CARDÁPIO ATENDE TODA A NECESSIDADE NUTRICIONAL PARA O ALUNO E A EXIGENCIA COMPLEMENTAR PARA ALIMENTAÇÃO DA AGRICULTURA FAMILIAR.

EMEIF PROFª ANA ROSA - À PARTIR DE 15 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- (DEZEMBRO -2022) - ENSINO FUNDAMENTAL e MÉDIO



Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.

	Segunda-Feira (05.12.22)	Terça-Feira (06.12.22)	Quarta-Feira (07.12.22)	Quinta-Feira (08.12.22)	Sexta-Feira (09.12.22)
					
Café da manhã 6:30 às 7:00 hs	-Leite com chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga	-Vitamina de banana com aveia -Cookies	-Leite com chocolate -Pão doce com coco	-Leite com chocolate -Pão francês com manteiga
Alimentação	-Arroz com cenoura e salsa -Came moída ao molho com tomate -Salada verde Período Tarde 14:30 às 14:50 hs 15:00 às 15:20 hs	-Arroz simples -Feijão -Came em pedaço com batata -Salada repolho SOBREMESA: MAÇÃ	-Macarronada ao molho de carne (isca) -Arroz simples (opção) -Salada verde SOBREMESA: MELÃO	-Arroz simples -Feijão -Came suína refogada com abobrinha -Salada verde SOBREMESA: SALADA DE FRUTA	-Arroz simples -Came com mandioca -Salada Verde SOBREMESA: MANJAR DE CHOCOLATE COM AVEIA
Lanche (Novo Ensino Médio) Período Tarde 14:20 hs (segunda e terça) 13:30 (quarta, quinta e sexta)	-Pão com patê de frango + FRUTA	-Pão com carne moída refogada com cenoura +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne e tomate +FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Cachorro quente+ FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (uq)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	1640	245,6	48,2	35,4	23,2	457	42	754,2	8,9	237	6,5

OBS:

*NOS INTERVALOS E APÓS O CONSUMO DE FRUTAS (MAÇA ou MELANCIA ou BANANA NANICA ou BANANA MAÇA ou TANGERINA, DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS, SEMPRE OFERTAR ÁGUA.

* HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, cressa e americana, rúcula, almeirão, cheiro verde, repolho, cenoura, beterraba e abóbora), SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS E A COMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA FAMILIAR.

*A ALIMENTAÇÃO DO ENSINO PARCIAL É FEITO NA UNIDADE ESCOLAR, E.E. LEONILDA LOPES BIASOTTO.

Articulação Estruturante na Área de Educação e Nutricionista – RT -15548

Cristina Dalbello de Lima Bordinassi

E.E. DOM GASTÃO LIBERAL PINTO – 11 -17 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOBOREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (DEZEMBRO -2022) - ENSINO FUNDAMENTAL INTEGRAL



Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.

	Segunda-Feira (05.12.22)		Terça-Feira (06.12.22)		Quarta-Feira (07.12.22)		Quinta-Feira (08.12.22)		Sexta-Feira (09.12.22)		
Café da manhã 6:30 às 7:15 hs	-Leite com chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga	-Vitamina de banana com aveia -Cookies	-Ovo cozido + Fruta	-Leite com chocolate -Pão doce com coco	-Leite com chocolate -Pão francês com manteiga	-Fruta + cookies	-Arroz simples -Carne com mandioca -Salada Verde -SOBREMESA:MANJAR DE CHOCOLATE COM AVEIA	-Arroz simples -Feijão -Carne suína refogada com abobrinha -Salada verde -SOBREMESA:SALADA DE FRUTA	-Pão com carne e tomate +FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA
Lanche manhã 9:30 às 9:50 hs	-Fruta+ Biscoito salgado	-Iogurte de frutas	-Macarronada ao molho de carne (isca) -Arroz simples (opção) -Salada verde -SOBREMESA:MELÃO	-Arroz simples -Feijão -Carne em pedaço com batata -Salada repolho -SOBREMESA: MAÇÃ	-Pão com carne moída refogada com cenoura +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne e tomate +FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Cachorro quente+ FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne suína refogada com abobrinha -Salada verde -SOBREMESA:SALADA DE FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA
Alimentação 12:05 às 13:05 hs	-Arroz com salsa -Feijão -Salada protéica (alface, tomate, cenoura e frango desfiado) -SOBREMESA: MAMÃO	-Arroz simples -Feijão -Carne em pedaço com batata -Salada repolho -SOBREMESA: MAÇÃ	-Macarronada ao molho de carne (isca) -Arroz simples (opção) -Salada verde -SOBREMESA:MELÃO	-Arroz simples -Feijão -Carne em pedaço com batata -Salada repolho -SOBREMESA: MAÇÃ	-Pão com carne moída refogada com cenoura +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne e tomate +FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Cachorro quente+ FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne suína refogada com abobrinha -Salada verde -SOBREMESA:SALADA DE FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA
Lanche tarde 15:20 hs	-Pão com patê de frango + FRUTA	-Pão com carne moída refogada com cenoura +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne e tomate +FRUTA	-Pão com carne e tomate +FRUTA	-Pão com carne e tomate +FRUTA	-Pão com carne e tomate +FRUTA	-Pão com carne e tomate +FRUTA	-Cachorro quente+ FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne suína refogada + SUCO NATURAL DE FRUTA
MEDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL) 13500.2	CARBOIDRATOS (g) 186.8	PROTEÍNAS (g) 42.2	LÍPIDIOS (g) 20.8	FIBRAS (g) 22.8	VITAMINA A (ug) 324.4	VITAMINA C (mg) 32.5	CÁLCIO (mg) 715	FERRO (mg) 7.5	MAGNÉSIO (mg) 229.2	ZINCO (mg) 5.7

Articulação Estruturante na Área de Educação e Nutricionista – RT -15548

Cristina Dalbello de Lima Bordinassi

OBS: NOS INTERVALOS E APÓS O CONSUMO DE FRUTAS (MAÇÃ ou MELANCIA ou BANANA NÂNICA ou BANANA MAÇA ou TANGERINA ou LARANJA ou MELANCIA ou MELÃO, DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS, SEMPRE OFERTAR ÁGUA.
* HORTALICAS e LEGUMES (Alface lisa, cressa e americana, rúcula, almeirão, cheiro verde, repolho, cenoura, beterraba e abóbora), SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS E A COMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA FAMILIAR.

E.E. MANOEL SILVEIRA BUENO – (06 À 10 ANOS E 11 À 14 ANOS)

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOBÓREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (DEZEMBRO -2022) - ENSINO FUNDAMENTAL



Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.

	Segunda-Feira (05.12.22)	Terça-Feira (06.12.22)	Quarta-Feira (07.12.22)	Quinta-Feira (08.12.22)	Sexta-Feira (09.12.22)
					
Café da manhã 6:30 às 7:00 hs	-Leite com chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga	-Vitamina de banana com aveia -Cookies	-Leite com chocolate -Pão doce com coco	-Leite com chocolate -Pão francês com manteiga
Alimentação	-Arroz com cenoura e salsa -Carne moída ao molho com tomate -Salada verde -SOBREMESA: MAMÃO	-Arroz simples -Feijão -Carne em pedaço com batata -Salada repolho -SOBREMESA: MAÇÃ	-Macarronada ao molho de carne (isca) -Arroz simples (opção) -Salada verde -SOBREMESA: MELÃO	-Arroz simples -Feijão -Carne suína refogada com abobrinha -Salada verde -SOBREMESA: SALADA DE FRUTA	-Arroz simples -Carne com mandioca -Salada Verde -SOBREMESA: MANJAR DE CHOCOLATE COM AVEIA
Período Manhã 8:45 às 9:05 hs 9:15 às 9:35 hs 9:45 às 10:05 hs Período Tarde 14:30 às 14:50 hs 15:00 às 15:20 hs					

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	993,4	162,6	32,8	19,8	19,9	306,7	28,8	674	6,6	130	3,7

Articulação Estruturante na Área de Educação e Nutricionista – RT -15548

Cristina Dalbello de Lima Bordinassi

OBS:
- NOS INTERVALOS E APÓS O CONSUMO DE FRUTAS (MAÇÃ ou MELANCIA ou BANANA NANICA ou BANANA MAÇA ou TANGERINA ou LARANJA, DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURACÃO) EIOU SOBREMESAS, SEMPRE OFERTAR ÁGUA.
* HORTALICAS E LEGUMES (Alface lisa, cresspa e americana, rúcula, almeirão, cheiro verde, repolho, cenoura, beterraba e abobora ofertado pela horta municipal), SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS E A COMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA FAMILIAR.

E.E.LEONILDA LOPES BIASOTTO – 06 – 10 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOBOROEMA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - EMEIF Profª Ana Rosa (INTEGRAL) - ENSINO FUNDAMENTAL - (DEZEMBRO -2022)

Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.



	Segunda-Feira (05.12.22)	Terça-Feira (06.12.22)	Quarta-Feira (07.12.22)	Quinta-Feira (08.12.22)	Sexta-Feira (09.12.22)
Café da Manhã 7:00 às 7:30 hs	-Leite com chocolate -Pão Frances com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com requeijão	-Vitamina de banana com aveia -Biscoito de maisena	-Leite com chocolate -Pão doce com coco	-Capuccino -Pão francês com manteiga
Lanche 8:40 às 9:00 hs	-FRUTA	-FRUTA	-FRUTA	-FRUTA	-FRUTA
Alimentação 11:00 às 11:20 horas	-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina grelhada -Cenoura com abobrinha refogada -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Sopa de mandioca -Salada Verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Carne suína refogada -Salada de beterraba -SALADA DE FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido com batata -Chuchu refogado -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada Tomate -FRUTA
Lanche tarde 14:50 às 15:10 hs	-Rosca doce de chocolate + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bolo de coco + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne moída + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bauri de forno com frango + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bolo cenoura+ SUCO NATURAL DE FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	720	114.5	22.6	18.4	12.9	206	13.7	350.6	5	58	2

Cristina Dalbello de Lima Bordinassi
Articulação Estruturante na Área de Educação e Nutricionista -RT-15548

* HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, cressa e americana, rúcula, almeirão, cheiro verde, repolho, cenoura, beterraba e abóbora), SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS E A COMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA FAMILIAR.
* NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES OU APÓS O CONSUMO DE FRUTAS OU SOBREMESAS, OFERTAR ÁGUA.

UNIDADE ESCOLAR – MARIA ISABEL SENE DE CARVALHO “DONA BISUCA” – 04 À 6 ANOS

UNIDADE ESCOLAR – MARIA ISABEL SENE DE CARVALHO “DONA BISUCA” – 04 À 6 ANOS

PERÍODO INTEGRAL

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (DEZEMBRO- 2022) - ENSINO FUNDAMENTAL



Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.

	Segunda-Feira (05.12.22)	Terça-Feira (06.12.22)	Quarta-Feira (07.12.22)	Quinta-Feira (08.12.22)	Sexta-Feira (09.12.22)
					
Café da manhã 6:30 às 7:00 hs	-Leite com chocolate -Pão Frances com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com requeijão	-Vitamina de banana com aveia -Biscoito de maisena	-Leite com chocolate -Pão doce com coco	-Cappuccino -Pão francês com manteiga
Período Manhã 9:30 às 9:50 hs 9:55 às 10:15 hs	-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina grelhada -Cenoura com abobrinha refogada -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Sopa de mandioca -Salada Verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Carne suína refogada -Salada de beterraba -SALADA DE FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido com batata -Chuchu refogado -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada Tomate -FRUTA
Período Tarde 14:05 às 14:25 hs 15:20 às 15:40 hs					

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	703	114.4	20.4	16.1	13.9	202	11.4	349	4.6	57	2.0

Articulação Estruturante na Área de Educação e Nutricionista – RT -15548

Cristina Daibello de Lima Bordinassi

HORTALICAS e LEGUMES (Alface lisa, cresspa e americana, rúcula, almeirão, chuchu verde, repolho, cenoura, beterraba e abóbora), SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS E A COMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA FAMILIAR.

* NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES OU APOS O CONSUMO DE FRUTAS OU SOBREMESAS, OFERTAR ÁGUA.

UNIDADE ESCOLAR – EMEIF PROFª ANA ROSA (PARCIAL) – 4 À 6 ANOS

UNIDADE ESCOLAR – MARIA ISABEL SENE DE CARVALHO “DONA BISUCA” – 04 À 6 ANOS

PERÍODO PARCIAL

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOBOREMA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - BERÇÁRIO I - Centro de Educação e Recreação – Dr. Horácio Alves Pereira – (DEZEMBRO- 2022)

Obs: Este cardápio estará apto para mudanças, caso haja necessidades por falta de alguns alimentos ou ingredientes nele presente, com a autorização da nutricionista.



	Segunda-Feira (05.12.22)	Terça-Feira (06.12.22)	Quarta-Feira (07.12.22)	Quinta-Feira (08.12.22)	Sexta-Feira (09.12.22)						
MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C						
PURÉ DE BATATA COM CENOURA E BETERRABA (BATATA, CENOURA E BETERRABA COZIDA +CEBOLA +TOMATE + CARNE MOIDA) SOBREMESA: FRUTA	SOPA DE MANDIOQUINHA COM ERVILHA E COUVE (MANDIOQUINHA +ERVILHA, COUVE + ABOBRINHA + TALOS E FOLHAS DE BETERRABA E CENOURA CARNE PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA	SOPA ARROZ (ARROZ BRANCO + LEGUMES DA ÉPOCA + FRANGO CUBOS) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS	SOPA LEGUMES COM MACARRÃO E GRÃO DE BICO (LEGUMES DA ÉPOCA + MACARRÃO, GRÃO DE BICO + CARNE VERMELHA -ISCA) SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS	SOPA FEIJÃO BRANCO (MACARRÃO AVE MARIA + FEIJÃO BATIDO LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE VERMELHA - PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA							
MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C						
Intervalo (13:00 hs)											
Lanche-I (15:00 hs)	PURÉ DE BATATA COM CENOURA E BETERRABA (BATATA, CENOURA E BETERRABA COZIDA +CEBOLA +TOMATE + CARNE MOIDA) SOBREMESA: FRUTA	SOPA DE MANDIOQUINHA COM ERVILHA E COUVE (MANDIOQUINHA +ERVILHA +COUVE + ABOBRINHA + TALOS E FOLHAS DE BETERRABA E CENOURA CARNE PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA	SOPA ARROZ (ARROZ BRANCO + LEGUMES DA ÉPOCA + FRANGO CUBOS) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS	SOPA LEGUMES COM MACARRÃO E GRÃO DE BICO (LEGUMES DA ÉPOCA + MACARRÃO, GRÃO DE BICO + CARNE VERMELHA -ISCA) SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS	SOPA FEIJÃO BRANCO (MACARRÃO AVE MARIA + FEIJÃO BATIDO LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE VERMELHA - PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA						
MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	436	74,1	13,6	12,5	7,9	320	32	189,7	7,9	48	2,0

Christina Dalbello de Lima Bordinassi

Articulação Estruturante na Área de Educação e Nutricionista – RT -15548

OBS: *AS FRUTAS OFERECIDAS NO CARDÁPIO COMO SOBREMESA, TAMBÉM PODEREM SER OFERTADOS NA FORMA DE SUCO NATURAL.

*AS FRUTAS OFERTADAS SÃO (Banana maçã, banana nanica, maçã, melão papala, melão, morango, maracujá, manga, abacaxi, pera e limão), RESPEITANDO O ESTADO DE MADURAÇÃO, ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA FAMILIAR.

*A ALIMENTAÇÃO É VARIADA DE ACORDO COM A IDADE (MESES) DA CRIANÇA E A CONSISTÊNCIA.

*NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES OU APÓS O CONSUMO DE FRUTAS OU SOBREMESAS, OFERTAR ÁGUA.

*AS FRUTAS SÃO OFERTADAS APÓS O ALMOÇO E OS SUCOS DE FRUTAS NATURAIS APÓS OS LANCHES NO PERÍODO DA TARDE, PODENDO HAVER MUDANÇAS QUANDO NECESSÁRIO COM A AUTORIZAÇÃO DO NUTRICIONISTA.

*CRIANÇAS MAIORES DE 06 MESES À 01 ANO E 03 MESES NO LUGAR DOS EMBUTIDOS (Linguiça, Salsicha, presunto e queijo), O CARDÁPIO SERÁ SUBSTITUÍDO POR OVOS E CARNES.

*CRIANÇAS MAIORES DE 06 MESES À 01 ANO E 03 MESES NO LUGAR DOS EMBUTIDOS (Linguiça, Salsicha, presunto e queijo), O CARDÁPIO SERÁ SUBSTITUÍDO POR OVOS E CARNES.

UNIDADE ESCOLAR – LAURIS RAYES (LORICE) – 04 MESES A 6 MESES