PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL- BERÇÁRIO I - Centro de Educação e Recreação – Dr. Horácio Alves Pereira – (SETEMBRO - 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 (05.09.22)	Terça-Feira (06.09.22)	Quarta-Feira (07.09.22)	Quinta-Feira (08.09.22)	Sexta-Feira (09.09.22)
Café da Manhã (07:30 ás 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
Almoço (10:30 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+ ABOBRINHA + TALOS E FOLHAS DE BETERRABA E CENOURA CARNE PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA	FERIADO!	SOPA LEGUMES COM MACARRÃO E GRÃO DE BICO (LEGUMES DA ÉPOCA + MACARRÃO, GRÃO DE BICO + CARNE VERMELHA -ISCA) SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS	SOPA ARROZ (ARROZ BRANCO + LEGUMES DA ÉPOCA + FRANGO CUBOS) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS
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
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 + ABOBRINHA + TALOS E FOLHAS DE BETERRABA E CENOURA CARNE PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA		SOPA LEGUMES COM MACARRÃO E GRÃO DE BICO (LEGUMES DA ÉPOCA + MACARRÃO. GRÃO DE BICO + CARNE VERMELHA -ISCA) SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS	SOPA ARROZ (ARROZ BRANCO + LEGUMES DA ÉPOCA + FRANGO CUBOS) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (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

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

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 papaia, melão, morango, maracujá, manga, goiaba, abacaxi, pera e limão), RESPEITANDO O ESTADO DE MATURAÇÃO.
* HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, crespa 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 ÀGUA.
* AS FRUTAS SÃO OFERTADAS APÓS O ALMOÇO E OS SUCOS DE FRUTAS NATURAIS APÓS OS LANCHES NO PERÍODO DA TARDE, PODENDO HAVER MUDANCAS QUANDO NECESSARIO COM A AUTORIZAÇÃO DO NUTRICIONISTA.
* CRIANÇAS MAIORES DE 06 MESES Á 01 ANO E 03 MESES NO LUGAR DOS EMBUTIDOS (Linguiça , Salsicha, presunto e queijo), O CARDÁPIO SERA SUBSTITUIDO POR OVOS E CARNES.
* CRIANÇAS MAIORES DE 06 MESES Á 01 ANO E 03 MESES NO LUGAR DOS EMBUTIDOS (Linguiça , Salsicha, presunto e queijo), O CARDÁPIO SERA SUBSTITUIDO POR OVOS E CARNES

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

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Centro de Educação e Recreação – Dr. Horácio Alves Pereira – (SETEMBRO -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 (05.09.22)	**Terça-Feira (06.09.22)**	**Quarta-Feira (07.09.22)**	**Quinta-Feira (08.09.22)**	**Sexta-Feira (09.09.22)**
Café da Manhã (7:30 ás 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
Almoço (10:30 hs)	-Arroz simples -Feijão -Carne moída com batata -Salada verde -FRUTA	-Arroz com cenoura -Feijão -Frango em molho com tomate -Salada verde -FRUTA	**FERIADO!!**	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido -Legumes refogados -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne com mandioca -Salada verde com 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
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 + ABOBRINHA + TALOS E FOLHAS DE BETERRABA E CENOURA CARNE PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA		SOPA LEGUMES COM MACARRÃO E GRÃO DE BICO (LEGUMES DA ÉPOCA + MACARRÃO, GRÃO DE BICO + CARNE VERMELHA - ISCA) SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS	SOPA ARROZ (ARROZ BRANCO + LEGUMES DA ÉPOCA + FRANGO CUBOS) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (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
Articulação Estruturante na Área de Educação e Nutricionista –RT-15548

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 papaia, melão, morango, maracujá, manga, melancia, goiaba, abacaxi, pêra e limão), RESPEITANDO O ESTADO DE MATURAÇÃO.
* HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, crespa 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 MUDANCAS QUANDO NECESSARIO COM A AUTORIZAÇÃO DO NUTRICIONISTA.
* CRIANÇAS MAIORES DE 06 MESES Á 01 ANO E 03 MESES NO LUGAR DOS EMBUTIDOS (Linguiça , Salsicha, presunto e queijo), O CARDÁPIO SERA SUBSTITUIDO 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 – (SETEMBRO -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 (05.09.22)	Terça-Feira (06.09.22)	Quarta-Feira (07.09.22)	Quinta-Feira (08.09.22)	Sexta-Feira (09.09.22)
Café da Manhã (7:30 ás 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
Almoço (10:30 hs)	-Arroz simples -Feijão -Carne moída com batata -Salada verde -FRUTA	-Arroz com cenoura -Feijão -Frango em molho com tomate -Salada verde -FRUTA	**FERIADO!!**	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido -Legumes refogados -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne com mandioca -Salada verde com 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
Lanche-I (15:00 hs)	-Bolo de cenoura com chocolate +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pãozinho de cenoura +SUCO NATURAL DE FRUTA		-Bolo de Coco +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Torta de tomate com carne moída + SUCO NATURAL DE FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (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 papaia, melão, morango, maracujá, manga, goiaba, abacaxi, pera e limão), RESPEITANDO O ESTADO DE MATURAÇÃO.
* HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, crespa 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 ÀGUA.
* AS FRUTAS SÃO OFERTADAS APÓS O ALMOÇO E OS SUCOS DE FRUTAS NATURAIS APÓS OS LANCHES NO PERÍODO DA TARDE, PODENDO HAVER MUDANCAS QUANDO NECESSARIO COM A AUTORIZAÇÃO DO NUTRICIONISTA.
* CRIANÇAS MAIORES DE 06 MESES Á 01 ANO E 03 MESES NO LUGAR DOS EMBUTIDOS (Linguiça , Salsicha, presunto e queijo), O CARDÁPIO SERA SUBSTITUIDO POR OVOS E CARNES.

UNIDADE ESCOLAR – LÁZARA ALVES GONÇALVES - (LAZINHA) – 1 À 2 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Centro de Educação e Recreação – Dr. Horácio Alves Pereira – (SETEMBRO -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 (05.09.22)	Terça-Feira (06.09.22)	Quarta-Feira (07.09.22)	Quinta-Feira (08.09.22)	Sexta-Feira (09.09.22)
Café da Manhã (7:30 ás 8:00 hs)	-Leite com chocolate -Pão com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteia		-Vitamina de fruta natural e aveia -Pão com manteiga	-Cappucino -Pão com manteiga
Almoço (10:45 hs)	-Arroz simples -Feijão -Carne moída com batata -Salada verde -FRUTA	-Arroz com cenoura -Feijão -Frango em molho com tomate -Salada verde -FRUTA	**FERIADO!!**	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido -Legumes refogados -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne com mandioca -Salada verde com 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
Lanche-I (15:00 hs)	-Bolo de cenoura com chocolate +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pãozinho de cenoura +SUCO NATURAL DE FRUTA		-Bolo de Coco +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Torta de tomate com carne moída + SUCO NATURAL DE FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (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

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

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 papaia, melão, morango, maracujá, manga, goiaba, abacaxi, pera e limão), RESPEITANDO O ESTADO DE MATURAÇÃO.**
* HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, crespa 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 ÀGUA.
* AS FRUTAS SÃO OFERTADAS APÓS O ALMOÇO E OS SUCOS DE FRUTAS NATURAIS APÓS OS LANCHES NO PERÍODO DA TARDE, PODENDO HAVER MUDANCAS QUANDO NECESSARIO 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 – (SETEMBRO -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 (05.09.22)	Terça-Feira (06.09.22)	Quarta-Feira (07.09.22)	Quinta-Feira (08.09.22)	Sexta-Feira (09.09.22)
Café da Manhã (7:30 ás 8:00 hs)	-Leite com chocolate -Pão com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteia		-Vitamina de fruta natural e aveia -Pão com manteiga	-Cappucino -Pão com manteiga
Almoço (10:45 hs)	-Arroz simples -Feijão -Carne moída com batata -Salada verde -FRUTA	-Arroz com cenoura -Feijão -Frango em molho com tomate -Salada verde -FRUTA	FERIADO!!	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido -Legumes refogados -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne com mandioca -Salada verde com tomate -FRUTA
Lanche-I (15:00 hs)	-Bolo de cenoura com chocolate +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pãozinho de cenoura +SUCO NATURAL DE FRUTA		-Bolo de Coco +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Torta de tomate com carne moída + SUCO NATURAL DE FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (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
Articulação 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 (Alface lisa, crespa 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 ÀGUA.
* AS FRUTAS SÃO OFERTADAS APÓS O ALMOÇO E OS SUCOS DE FRUTAS NATURAIS APÓS OS LANCHES NO PERÍODO DA TARDE, PODENDO HAVER MUDANCAS QUANDO NECESSARIO COM A AUTORIZAÇÃO DO NUTRICIONISTA.

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

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- (SETEMBRO- 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 (05.09.22)	**Terça-Feira (06.09.22)**	**Quarta-Feira (07.09.22)**	**Quinta-Feira (08.09.22)**	**Sexta-Feira (09.09.22)**
Café da manhã 6:30 ás 7:00 hs	-Leite com chocolate -Pão com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteia		-Vitamina de fruta natural e aveia -Pão com manteiga	-Cappucino -Pão com manteiga
Período Manhã 9:30 ás 9:50 hs 9:55 ás 10:15 hs **Período Tarde** 14:05 ás 14:25 hs 15:20 ás 15:40 hs	-Arroz simples -Feijão -Carne moída com batata -Salada verde -FRUTA	-Arroz com cenoura -Feijão -Frango em molho com tomate -Salada verde -FRUTA	FERIADO!!	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido -Legumes refogados -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne com mandioca -Salada verde com tomate -FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (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

.....

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

HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, crespa 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 ÀGUA.**

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 BORBOREMA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - EMEIF Profª Ana Rosa (INTEGRAL) – ENSINO FUNDAMENTAL – (SETEMBRO -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 (05.09.22)	Terça-Feira (06.09.22)	Quarta-Feira (07.09.22)	Quinta-Feira (08.09.22)	Sexta-Feira (09.09.22)
Café da Manhã ***7:00 ás 7:30 hs***	-Leite com chocolate -Pão com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteia		-Vitamina de fruta natural e aveia -Pão com manteiga	-Cappucino -Pão com manteiga
Lanche ***8:40 ás 9:00 hs***	-FRUTA	-FRUTA	-FRUTA	-FRUTA	-FRUTA
Alimentação ***11:00 ás 11:20 horas***	-Arroz simples -Feijão -Carne moída com batata -Salada verde -FRUTA	-Arroz com cenoura -Feijão -Frango em molho com tomate -Salada verde -FRUTA	**FERIADO!!**	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido -Legumes refogados -Salada verde -FRUTA	-Arroz simples -Feijão -Carne com mandioca -Salada verde com tomate -FRUTA
Lanche tarde ***14:50 ás 15:10 hs***	-Bolo de cenoura com chocolate +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pãozinho de cenoura +SUCO NATURAL DE FRUTA		-Bolo de Coco +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Torta de tomate com carne moída + SUCO NATURAL DE FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (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, crespa e americana, rúcula, almeirão, cheiro verde, repolho, cenoura, beterraba e abóbora), SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS EA COMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÃO E A AGRICULTURA FAMILIAR.
* NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES OU APÓS O CONSUMO DE FRUTAS OU SOBREMESAS, OFERTAR ÀGUA.

UNIDADE ESCOLAR – EMEIF PROFª ANA ROSA – 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- (SETEMBRO -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 (05.09.22)	**Terça-Feira (06.09.22)**	**Quarta-Feira (07.09.22)**	**Quinta-Feira (08.09.22)**	**Sexta-Feira (09.09.22)**
Café da manhã 6:30 ás 7:00 hs	-Leite com chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga		-Vitamina de frutas naturais -Pão francês com manteiga	-Cappucino - Pão francês com manteiga
Alimentação **Período Manhã** 8:45 ás 9:05 hs 9:15 ás 9:35 hs 9:45 às10:05 hs **Período Tarde** 14:30 ás 14:50 hs 15:00 ás 15:20 hs	-Arroz temperado com legumes (vagem,cenoura, abobrinha e cheiro verde) -Carne moída com batata -Salada verde -SOBREMESA: BANANA MAÇÃ	-Arroz simples -Estrogonoff de carne -Batata palha -Salada verde -SOBREMESA: MAMÃO	**FERIADO!!**	-Macarronada ao molho de carne moída -Salada Verde -SOBREMESA:MELÃO	-Arroz simples -Feijão -Carne suína refogada com abobrinha -Salada beterraba ralada -SOBREMESA:MAÇÃ

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (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

.....

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 MELANCIA ou BANANA NANICA ou BANANA MAÇA ou TANGERINA ou LARANJA, DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS, SEMPRE OFERTAR ÀGUA.**
*** HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, crespa e americana, rúcula, almeirão, cheiro verde, repolho, cenoura, beterraba e abóbora 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 BORBOREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- (SETEMBRO -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 (05.09.22)	**Terça-Feira (06.09.22)**	**Quarta-Feira (07.09.22)**	**Quinta-Feira (08.09.22)**	**Sexta-Feira (09.09.22)**
Café da manhã 6:30 ás 7:15 hs	-Leite com chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga		-Vitamina de frutas naturais -Pão francês com manteiga	-Cappucino - Pão francês com manteiga
Lanche manhã 9:30 ás 9:50 hs	-Fruta+ biscoito salgado	-Iogurte de frutas		-Fruta + Ovo cozido	-Fruta + biscoito doce
Alimentação 12:05 ás 13:05 hs	-Arroz temperado com legumes (vagem,cenoura, abobrinha e cheiro verde) -Carne moída com batata -Salada verde -SOBREMESA: BANANA MAÇÃ	-Arroz simples -Estrogonoff de carne -Batata palha -Salada verde -SOBREMESA: MAMÃO	**FERIADO!!**	-Macarronada ao molho de carne moída -Salada Verde -SOBREMESA:MELÃO	-Arroz simples -Feijão -Carne suína refogada com abobrinha -Salada beterraba ralada -SOBREMESA:MAÇÃ
Lanche tarde 15:20 hs	-Pão com carne moída + FRUTA	-Pão com carne refogada +SUCO NATURAL DE FRUTA		-Pão com patê de frango + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Cachorro quente+ FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	13500.2	186.8	42.2	20.8	22.8	324.4	32.5	715	7.5	229.2	5.7

.....

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 MELANCIA ou BANANA NANICA ou BANANA MAÇA ou TANGERINA ou LARANJA ou MELANCIA ou MELÃO), DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS, SEMPRE OFERTAR ÀGUA.**
*** HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, crespa 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 Á 14 ANOS)

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- (SETEMBRO -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 (05.09.22)	**Terça-Feira (06.09.22)**	**Quarta-Feira (07.09.22)**	**Quinta-Feira (08.09.22)**	**Sexta-Feira (09.09.22)**
Café da manhã 6:30 ás 7:00 hs	-Leite com chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga		-Vitamina de frutas naturais -Pão francês com manteiga	-Cappucino - Pão francês com manteiga
Alimentação **Período Manhã** 8:45 ás 9:05 hs 9:15 ás 9:35 hs 9:45 às10:05 hs **Período Tarde** 14:30 ás 14:50 hs 15:00 ás 15:20 hs	-Arroz temperado com legumes (vagem,cenoura, abobrinha e cheiro verde) -Carne moída com batata -Salada verde -SOBREMESA: BANANA MAÇÃ	-Arroz simples -Estrogonoff de carne -Batata palha -Salada verde -SOBREMESA: MAMÃO	**FERIADO!!**	-Macarronada ao molho de carne moída -Salada Verde -SOBREMESA:MELÃO	-Arroz simples -Feijão -Carne suína refogada com abobrinha -Salada beterraba ralada -SOBREMESA:MAÇÃ
Lanche (Novo Ensino Médio) **Período Tarde** 14:20 hs (segunda e terça) 13:30 (quarta, quinta e sexta)	-Pão com carne moída + FRUTA	-Pão com carne refogada +SUCO NATURAL DE FRUTA		-Pão com patê de frango + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Cachorro quente+ FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	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

.....

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 MELANCIA ou BANANA NANICA ou BANANA MAÇA ou TANGERINA, DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS, SEMPRE OFERTAR ÀGUA.**
*** HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, crespa e americana, rúcula, almeirão, cheiro verde, repolho, cenoura, beterraba e abóbora), SUPRINDO AS NECESSIDADES NUTRICIONAIS E A COMPLEMENTAÇÃO DA ALIMENTAÇÀO E A AGRICULTURA FAMILIAR.**
***A ALIMENTAÇÃO DO ENSINO PARCIAL É FEITO NA UNIDADE ESCOLAR, E.E. LEONILDA LOPES BIASOTTO.**

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

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- (SETEMBRO - 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 (05.09.22)	Terça-Feira (06.09.22)	Quarta-Feira (07.09.22)	Quinta-Feira (08.09.22)	Sexta-Feira (09.09.22)
Lanche Noturno 21:15 ás 21:30 hs	-Pão com carne moída + FRUTA	-Pão com carne refogada +SUCO NATURAL DE FRUTA	**FERIADO!**	-Pão com patê de frango + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Cachorro quente+ FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (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 MELANCIA ou MELÃO DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS ou SUCOS, SEMPRE OFERTAR ÀGUA.**
*** 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 ALIMENTAÇÀO DA AGRICULTURA FAMILIAR.**

EMEIF PROFª ANA ROSA - Á PARTIR DE 15 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR- (SETEMBRO - 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 (05.09.22)	**Terça-Feira (06.09.22)**	**Quarta-Feira (07.09.22)**	**Quinta-Feira (08.09.22)**	**Sexta-Feira (09.09.22)**
Lanche Noturno 21:15 ás 21:30 hs	-Pão com carne moída + FRUTA	-Pão com carne refogada +SUCO NATURAL DE FRUTA	**FERIADO!**	-Pão com patê de frango + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Cachorro quente+ FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LIPÍDIOS (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 MELANCIA ou MELÃO DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS ou SUCOS, SEMPRE OFERTAR ÀGUA.**
*** 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 ALIMENTAÇÀO DA AGRICULTURA FAMILIAR.**

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