

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOREOREMA

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

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



	Segunda-Feira (28.03.22)	Terça-Feira (29.03.22)	Quarta-Feira (30.03.22)	Quinta-Feira (31.03.22)	Sexta-Feira (01.04.22)
	-Leite com Chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com chocolate -Pão Francês Integral com requeijão	-Iogurte de morango -Biscoito maisena	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga	-Leite com Chocolate -Pão Francês com requeijão
Café da manhã 6:30 às 7:00 hs					
Alimentação	-Arroz com cenoura -Frango em tiras com abobrinha -Berinjela refogada com tomate e salsa -Salada Verde -SOBREMESA:TANGERINA	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido com batata, cenoura e vagem -Salada Alfaca com tomate -SOBREMESA:MELÃO	-Macarronada ao molho de carne moída -Salada Verde -SOBREMESA:MELANCIA	-Arroz simples -Ervilha cozida -Came em pedaço com batata e chuchu -Salada de beterraba -SOBREMESA:PUDIM DE MORANGO	-Arroz Simples -Feijão -Cuscuz de peixe com legumes (vagem, milho verde, pimentão, cenoura e tomate) -Salada Verde -SOBREMESA: MAÇÃ
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					

MEDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEINAS (g)	LIPÍDIOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	995.4	160.2	33.8	19.6	22.5	303.5	28.4	592	6.3	129	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 MELANCIA ou BANANA NÂNICA ou BANANA MAÇA ou TANGERINA ou LARANJA, DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS, SEMPRE OFERTAR ÁGUA.
* HORTALIÇAS e LEGUMES (Alface lisa, cressa e americana, rúcula, almeirão, chuchu 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 - (MARCO-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 autorização da nutricionista.

	Segunda-Feira (28.03.22)	Terça-Feira (29.03.22)	Quarta-Feira (30.03.22)	Quinta-Feira (31.03.22)	Sexta-Feira (01.04.22)
	-Leite com Chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com chocolate -Pão Francês Integral com requeijão	-Iogurte de morango -Biscoito maisena	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga	-Leite com Chocolate -Pão Francês com requeijão
Alimentação Período Manhã 10:00 às 10:20 hs Período Tarde 15:00 às 15:20 hs	-Arroz com cenoura -Frango em tiras com abobrinha -Berinjela refogada com tomate e salsa -Salada Verde -SOBREMESA: TANGERINA	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido com batata, cenoura e vagem -Salada Alface com tomate -SOBREMESA: MELÃO	-Macarronada ao molho de carne moída -Salada Verde -SOBREMESA: MELANCIA	-Arroz simples -Ervilha cozida -Carne em pedaço com batata e chuchu -Salada de beterraba -SOBREMESA: PUDIM DE MORANGO	-Arroz Simples -Feijão -Cuscuz de peixe com legumes (vagem, milho verde, pimentão, cenoura e tomate) -Salada Verde -SOBREMESA: MAÇA
Lanche (Novo Ensino Médio) Período Manhã 12:00 hs	-Pão com patê de frango + FRUTA	-Pão com carne em molho + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne moída refogada com cenoura + FRUTA	-Misto quente + suco NATURAL DE FRUTA	-Pão com suína refogada + 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)
	1642	246.2	48.6	35.6	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 (MAÇA ou MELANCIA ou BANANA NANICA ou BANANA MAÇA ou TANGERINA, DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS, SEMPRE OFERTAR ÁGUA.

* HORTALÍÇAS 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.

O LANCHE DAS 12:00 HORAS É PARA O PLANEJAMENTO DE ENSINO DO NOVO ENSINO MÉDIO.

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

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

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

	Segunda-Feira (28.03.22)	Terça-Feira (29.03.22)	Quarta-Feira (30.03.22)	Quinta-Feira (31.03.22)	Sexta-Feira (01.04.22)
					
Café da manhã 6:30 às 7:15 hs	-Leite com Chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com chocolate -Pão Francês Integral com requeijão	-Iogurte de morango -Biscoito maisena	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga	-Leite com Chocolate -Pão Francês com requeijão
Lanche manhã 9:30 às 9:50 hs	-Fruta+ Biscoito salgado	-Salada de frutas	-Iogurte com mel	-Vitamina de frutas + torrada	-Fruta + cookies
Alimentação 12:05 às 13:05 hs	-Arroz com cenoura -Frango em tiras com abobrinha -Berinjela refogada com tomate e salsa -Salada Verde -SOBREMESA: TANGERINA	-Arroz simples -Feijão -Ovo cozido com batata, cenoura e vagem -Salada Alfaca com tomate -SOBREMESA: MELÃO	-Macarronada ao molho de carne moída -Salada Verde -SOBREMESA: MELANCIA	-Arroz simples -Ervilha cozida -Carne em pedaço com batata e chuchu -Salada de beterraba -SOBREMESA: PUDIM DE MORANGO	-Arroz Simples -Feijão -Cuscuz de peixe com legumes (vagem, milho verde, pimentão, cenoura e tomate) -Salada Verde -SOBREMESA: MAÇÃ
Lanche tarde 15:20 hs	-Pão com patê de frango + FRUTA	-Pão com carne em molho +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne moída refogada com cenoura +FRUTA	-Misto quente + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com suína refogada+ 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)
	1348	184.9	43.8	22.5	26.7	328.6	35.8	718	7.6	232.8	5.9

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

Cristina Dalbello de Lima Bordinassi

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 MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS, SEMPRE OFERTAR ÁGUA.

* 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 DO ENSINO PARCIAL É FEITO NA UNIDADE ESCOLAR, E.E. LEONILDA LOPES BIASOTTI.

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

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (MARÇO - 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 (28.03.22)	Terça-Feira (29.03.22)	Quarta-Feira (30.03.22)	Quinta-Feira (31.03.22)	Sexta-Feira (01.04.22)
					
Lanche Noturno 21:15 às 21:30 hs	-Pão com patê de frango + FRUTA	-Pão com carne em molho +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne moída refogada com cenoura +FRUTA	-Misto quente + suco NATURAL DE FRUTA	-Pão com suína refogada+ FRUTA

MEDIA 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)
	892	208.6	32.4	18.2	16.2	290	27.5	542	6.8	126	3.4

.....
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 NANIÇA ou BANANA MAÇA ou TANGERINA ou MELANCIA ou MELÃO DE ACORDO COM A ÉPOCA E MATURAÇÃO) E/OU SOBREMESAS ou SUCOS, SEMPRE DEERTAR 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 - (MARÇO - 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 (28.03.22)	Terça-Feira (29.03.22)	Quarta-Feira (30.03.22)	Quinta-Feira (31.03.22)	Sexta-Feira (01.04.22)
					
Lanche Noturno 21:15 às 21:30 hs	-Pão com patê de frango + FRUTA	-Pão com carne em molho +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne moída refogada com cenoura +FRUTA	-Misto quente + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com suína refogada+ FRUTA

MEDIA 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)
	892	208,6	32,4	18,2	16,2	290	27,5	542	6,8	126	3,4

.....
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 DEERTAR 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 - À PARTIR DE 15 ANOS

PREFEITURA MUNICIPAL DE BOBOREMA
CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - BERCÁRIO I - Centro de Educação e Recreação – Dr. Horácio Alves Pereira – (MARÇO - 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 (28.03.22)	Terça-Feira (29.03.22)	Quarta-Feira (30.03.22)	Quinta-Feira (31.03.22)	Sexta-Feira (01.04.22)						
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						
SOPA ARROZ (ARROZ BRANCO + LEGUMES DA ÉPOCA + FRANGO CUBOS) SOBREMESA: FRUTA	SOPA FEIJÃO (MACARRÃO AVE MARIA + FEIJÃO BATIDO LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE VERMELHA - PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA	SOPA MACARRÃO COM VEGETAIS (LEGUMES DA ÉPOCA + MACARRÃO + CARNE VERMELHA - ISCA) SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS	MANDIOQUINHA COM ERVILHA E LEGUMES (MANDIOQUINHA, ERVILHA + ABOBRINHA + TALOS E FOLHAS DE BETERRABA E CENOURA CARNE PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA	POLENTA (FUBÁ + LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE) 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	MAMADEIRA Leite Formulado ou Tipo C						
Lanche-I (15:00 hs)	SOPA ARROZ (ARROZ BRANCO + LEGUMES DA ÉPOCA + FRANGO CUBOS) SOBREMESA: FRUTA	SOPA FEIJÃO (MACARRÃO AVE MARIA + FEIJÃO BATIDO LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE VERMELHA - PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA	SOPA MACARRÃO COM VEGETAIS (LEGUMES DA ÉPOCA + MACARRÃO + CARNE VERMELHA - ISCA) SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS	MANDIOQUINHA COM ERVILHA E LEGUMES (MANDIOQUINHA, ERVILHA + ABOBRINHA + TALOS E FOLHAS DE BETERRABA E CENOURA CARNE PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA	POLENTA (FUBÁ + LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS						
MEDIA 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)
	434	72,6	12,4	10,4	7,8	320	30	189	7,8	46	2,1

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 OFERTADAS NA FORMA DE SUCO NATURAL.

***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, chito 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 E LEGUMES, 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 01 ANO E 03 MESES NO LUGAR DOS EMBUTIDOS (Linguiça, Salsicha, presunto e queijo), O CARDÁPIO SERÁ SUBSTITUÍDO POR OVOS E CARNES.**

PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA
CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Centro de Educação e Recreação – Dr. Horácio Alves Pereira – (MARÇO-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 (28.03.22)					Terça-Feira (29.03.22)					Quarta-Feira (30.03.22)					Quinta-Feira (31.03.22)					Sexta-Feira (01.04.22)				
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 -Frango em tiras com abobrinha -Berinjela refogada com tomate -Salada verde -FRUTA					-Arroz Simples -Feijão -Ovo cozido com batata e cenoura -Salada de tomate -SALADA DE FRUTA					-Arroz com cenoura -Feijão -Carne em pedaço com mandioca -Salada beterraba -FRUTA					-Arroz Simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada verde -SORVETINHO DE FRUTA NO SAQUINHO					-Arroz Simples -Feijão branco -Isca bovina refogada com tomate cereja -Salada Verde -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)	SOPA ARROZ (ARROZ BRANCO + LEGUMES DA ÉPOCA + FRANGO CUBOS) SOBREMESA: FRUTA					SOPA FEIJÃO (MACARRÃO AVE MARIA + FEIJÃO BATIDO LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE VERMELHA -PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA					SOPA MACARRÃO COM VEGETAIS (LEGUMES DA ÉPOCA + MACARRÃO + CARNE VERMELHA -ISCA) SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS					MANDIOQUINHA COM ERVILHA E LEGUMES (MANDIOQUINHA, ERVILHA + ABOBRINHA + TALOS E FOLHAS DE BETERRABA E CENOURA CARNE -PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA					POLENTA (FUBA + LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS				
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)														
	434,5	72,4	12,6	11,8	8,5	319	28	184,8	7,7	45	1,6														

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

OBS: *AS FRUTAS OFERECIDAS NO CARDÁPIO COMO SOBREMESA, TAMBÉM PODEM SER OFERTADAS NA FORMA DE SUCO NATURAL.
 *AS FRUTAS OFERTADAS SÃO (Banana maçã, banana naníca, maçã, mamão papaya, melão, morango, maracujá, manga, melancia, goiaba, abacaxi, péra e limão), RESPEITANDO O ESTADO DE MATURAÇÃO, 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 BOREOREMA
CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Centro de Educação e Recreação - Dr. Horácio Alves Pereira - (MARÇO-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 (28.03.22)		Terça-Feira (29.03.22)		Quarta-Feira (30.03.22)		Quinta-Feira (31.03.22)		Sexta-Feira (01.04.22)	
	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	- 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 -Frango em tiras com abobrinha -Berinjela refogada com tomate -Salada verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Ovo cozido com batata e cenoura -Salada de tomate -SALADA DE FRUTA	-Arroz com cenoura -Feijão -Carne em pedaço com mandioca -Salada beterraba -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada verde -SORVETINHO DE FRUTA NO SAQUINHO	-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina refogada com tomate cereja -Salada Verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina refogada com tomate cereja -Salada Verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina refogada com tomate cereja -Salada Verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina refogada com tomate cereja -Salada Verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina refogada com tomate cereja -Salada Verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Isca bovina refogada com tomate cereja -Salada Verde -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	- 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)	SOPA ARROZ (ARROZ BRANCO + LEGUMES DA ÉPOCA + FRANGO CUBOS) SOBREMESA: FRUTA	SOPA FEIJÃO (MACARRÃO AVE MARIA + FEIJÃO BATATO LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE VERMELHA - PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA	SOPA MACARRÃO COM VEGETAIS (LEGUMES DA ÉPOCA + MACARRÃO + CARNE VERMELHA - ISCA) SOBREMESA: SALADA DE FRUTAS	MANDIOQUINHA COM ERVILHA E LEGUMES (MANDIOQUINHA, ERVILHA + ABOBRINHA + TALOS E FOLHAS DE BETERRABA E CENOURA CARNE PEDAÇO) SOBREMESA: FRUTA	POLENTA (FUBA + LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS	POLENTA (FUBA + LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS	POLENTA (FUBA + LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS	POLENTA (FUBA + LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS	POLENTA (FUBA + LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS	POLENTA (FUBA + LEGUMES DA ÉPOCA + CARNE) SOBREMESA: SORVETINHO DE FRUTAS CONGELADAS

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)
	668	110.2	19.4	12.3	10.9	202.8	10.4	349	4.4	52	1.8

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

Cristina Dalbello de Lima Bordinassi

*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, 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 (lingüiça, Salsicha, presunto e queijo), O CARDÁPIO SERÁ SUBSTITUÍDO POR OVOS E CARNES.

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



PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - Centro de Educação e Recreação - Dr. Horácio Alves Pereira - (MARÇO-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 (28.03.22)	Terça-Feira (29.03.22)	Quarta-Feira (30.03.22)	Quinta-Feira (31.03.22)	Sexta-Feira (01.04.22)
Café da Manhã (7:30 às 8:00 hs)	-Leite com Chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com Chocolate -Pão francês integral com requeijão	-Vitamina de abacate com aveia -Biscoito maisena	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga	-Leite com chocolate -Pão francês com requeijão
Almoço (10:45 hs)	-Arroz Simples -Feijão -Frango em tiras com abobrinha -Berinjela refogada com tomate -Salada verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Ovo cozido com batata e cenoura -Salada de tomate -SALADA DE FRUTA	-Arroz com cenoura -Feijão -Carne em pedaço com mandioca -Salada beterraba -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada verde -SORVETINHO DE FRUTA NO SAQUINHO	-Arroz Simples -Feijão branco -Isca bovina refogada com tomate cereja -Salada Verde -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)	-Bolo de chocolate +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Fatiias Húngaras +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne moída + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Torta de frango (massa aberta) + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bolo de limão +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)
	706	114.5	21	16.8	14.2	206	12.2	350.3	5.1	58	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.

MATURACÃO.

*AS FRUTAS OFERTADAS SÃO (Banana maçã, banana nanica, maçã, mamão papaia, melão, morango, maracujá, manga, goiaba, abacaxi, pera e limão), RESPEITANDO O ESTADO DE

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 – (MARÇO-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 (28.03.22)	Terça-Feira (29.03.22)	Quarta-Feira (30.03.22)	Quinta-Feira (31.03.22)	Sexta-Feira (01.04.22)
					
Café da Manhã (7:30 às 8:00 hs)	-Leite com Chocolate -Pão francês com manteiga	- Leite com Chocolate -Pão francês integral com requeijão	-Vitamina de abacate com aveia -Biscoito maisena	- Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga	-Leite com chocolate -Pão francês com requeijão
Almoço (10:45 hs)	-Arroz Simples -Feijão -Frango em tiras com abobrinha -Berinjela refogada com tomate -Salada verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Ovo cozido com batata e cenoura -Salada de tomate -SALADA DE FRUTA	-Arroz com cenoura -Feijão -Carne em pedaço com mandioca -Salada beterraba -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada verde -SORVETINHO DE FRUTA NO SAQUINHO	-Arroz Simples -Feijão branco -Isca bovina refogada com tomate cereja -Salada Verde -FRUTA
Lanche-I (15:00 hs)	-Bolo de chocolate +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Fatias Húngaras +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne moída + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Torta de frango (massa aberta) + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bolo de limão +SUCO NATURAL DE FRUTA

MÉDIA SEMANAL DO VALOR NUTRICIONAL	ENERGIA (KCAL)	CARBOIDRATOS (g)	PROTEÍNAS (g)	LÍPIDOS (g)	FIBRAS (g)	VITAMINA A (ug)	VITAMINA C (mg)	CÁLCIO (mg)	FERRO (mg)	MAGNÉSIO (mg)	ZINCO (mg)
	716	112.9	20.8	16.8	14.5	210	14.9	352.4	5.2	58	2.4

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

- *AS FRUTAS OFERTADAS SÃO (Banana maçã, banana nanica, maçã, mamão papáia, 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 – BENEDICTO TORRES - (BENEDICTO) – 3 ANOS
PERÍODO INTEGRAL E PARCIAL



PREFEITURA MUNICIPAL DE BORBOREMA
CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL - EMEIF Profª Ana Rosa (INTEGRAL) – ENSINO FUNDAMENTAL – (MARÇO -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 (28.03.22)	Terça-Feira (29.03.22)	Quarta-Feira (30.03.22)	Quinta-Feira (31.03.22)	Sexta-Feira (01.04.22)
					
Café da Manhã 7:00 às 7:30 hs	-Leite com Chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com Chocolate -Pão francês Integral com requeijão	-Vitamina de abacate com aveia -Biscoito maisena	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga	-Leite com chocolate -Pão francês com requeijão
Lanche 8:40 às 9:00 hs	-FRUTA	-FRUTA	-FRUTA	-FRUTA	-FRUTA
Alimentação 11:00 às 11:20 horas	-Arroz Simples -Feijão -Frango em tiras com abobrinha -Benjela refogada com tomate -Salada verde	-Arroz Simples -Feijão -Ovo cozido com batata e cenoura -Salada de tomate -SALADA DE FRUTA	-Arroz com cenoura -Feijão -Carne em pedaço com mandioca -Salada beterraba -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada verde -SORVETINHO DE FRUTA NO SAQUINHO	-Arroz Simples -Feijão branco -Isca bovina refogada com tomate cereja -Salada Verde -FRUTA
Lanche tarde 14:50 às 15:10 hs	-Bolo de chocolate +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Fatiás Húngaras +SUCO NATURAL DE FRUTA	-Pão com carne moída + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Torta de frango (massa aberta) + SUCO NATURAL DE FRUTA	-Bolo de limão +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)
	728	117.8	24.9	18.7	18.8	207	14.6	354	5.7	59.6	2.1

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

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

* FRUTAS (Banana maçã, Banana nanica, Melão, Melancia, Tangerina, Laranja péra, Laranja Lima e Maçã).

* NOS INTERVALOS DAS REFEIÇÕES OU APOS 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 BOBÓREMA
CARDÁPIO ALIMENTAÇÃO ESCOLAR - (MARÇO -2022) - EMEIF Profª ANA ROSA – EDUCAÇÃO INFANTIL (PARCIAL) -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.

 Café da manhã 6:30 às 7:00 hs	Segunda-Feira (28.03.22)	Terça-Feira (29.03.22)	Quarta-Feira (30.03.22)	Quinta-Feira (31.03.22)	Sexta-Feira (01.04.22)
	-Leite com Chocolate -Pão francês com manteiga	-Leite com Chocolate -Pão francês integral com requeijão	-Vitamina de abacate com aveia -Biscoito maisena	-Leite com chocolate -Pão de leite com manteiga	-Leite com chocolate -Pão francês com requeijão
	-Arroz Simples -Feijão -Frango em tiras com abobrinha -Berinjela refogada com tomate -Salada verde -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Ovo cozido com batata e cenoura -Salada de tomate -SALADA DE FRUTA	-Arroz com cenoura -Feijão -Carne em pedaço com mandioca -Salada beterraba -FRUTA	-Arroz Simples -Feijão -Carne moída refogada com vagem -Salada verde -SORVETINHO DE FRUTA NO SAQUINHO	-Arroz Simples -Feijão branco -Isca bovina refogada com tomate cereja -Salada Verde -FRUTA
Período Manhã 9:30 às 9:50 hs 9:55 às 10:15 hs					
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)
	758	119.2	20.8	16.2	12.8	202	11.6	342	4.5	56	1.8

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

HORTALICAS 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 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