

## MUNICÍPIO DE PORTO FERREIRA

"A Capital Nacional da Cerâmica Artística e da Decoração" Secretaria de Educação

MAIO / 2022

			Cardápio Ensino Inf	fantil - Crec	he - Faixa E	tária: 1 a 4	anos				
	Refeição	Segunda-Feira / 02/05	Terça-Feira / 03/05	Quarta-Feira /	04/05	Qu	inta-Feira / 05	/05	Se	xta-Feira / 06/	05
1	Lanche da Manhã	Leite com Cacau, Biscoito Simples	Suco de Fruta, Biscoito Rosquinha	Fruta Suco de Fruta, Biscoito Simples		Simples	Fruta				
S	Almoço	Arroz, Picadinho de Frango com Pure batata	Arroz, Feijão, Picadinho de Carne Bovina c/ Chuchu e cenoura	na c/ Arroz, Feijão, Carne Moída Refogada com mandioca e Molho de Tomate		Macarrão ao Molho de Tomate comalmondegas salada repolho			Arroz, Polenta, Carne Moída ao Molho de Tomate com Cenoura		
M	Lanche da	nche da Suco de Frutas, Biscoito Maisena Salada de Frutas		Leite com Cacau, Pã	Fruta			Salada de Frutas			
N A	Pré Jantar	Sopa de Feijão com carne , macarrão cenoura e batata	Sopa de Fubá com frango cenoura e abobrinha	Sopa de macarrão com carne moida e legumes		Sopa Cenoura, Abobrinha, Carne Bovina, Macarrão			Cuscuz com Carne Moída e legumes		
			Composição Nutricional Média	Energia (kcal) 645,1	CHO (g) 102,15	PTN (g) 29,18	<b>LIP (g)</b> 14,69	Vit. A (mcg) 44,07	Vit. C (mg) 61,47	<b>Ca (mg)</b> 179,91	<b>Fe (mg)</b> 4,93
	Refeição	Segunda-Feira / 09/05	Terça-Feira / 10/05	Quarta-Feira /	11/05	Qu	inta-Feira / 12	/05	Se	xta-Feira / 13/	05
2	Lanche da Manhã	Leite com cacau, Biscoito Simples	Fruta	Suco de Fruta, Biscoito Rosquinha		Suco de Fruta, Pão de Leite			Leite com cacau, Biscoito Salgado		
S E M	Almoço	Arroz, Cenoura e Batata cozidos com Carne Moída	Arroz, Feijão, Tirinhas de Frango com Batatas	Arroz com feijoada carne cubos com farofa couve		Arroz, Feijão, Ovos Mexidos com cenoura e abobrinha			Macarrão ao Molho de Tomate com carne moida		
	Lanche da Tarde	Suco de Frutas, Biscoito Maisena	Salada de Frutas	Fruta		Leite com cacau, Biscoito Simples			Suco de Frutas, Biscoito Maisena		
A N A	Pré Jantar	Canja - Arroz, Batata, Mandioquinha, Cenoura, Frango	Sopa de Fubá com Carne Moída, Escarola, Cenoura	Cuscuz com Frango	Cuscuz com Frango e legumes Sopa - Batata, Cenoura, Couve, Carn Macarrão		, Carne Bovina,	na, Sopa macarrão com carne , batata cenoura e espinafre			
		•	Composição Nutricional Média	Energia (kcal) 701.97	CHO (g) 88.5	PTN (g) 32.77	LIP (g) 24.7	Vit. A (mcg) 69.67	Vit. C (mg) 47.77	Ca (mg) 221.11	Fe (mg) 3.79
				702,57	00,5	32,77	24,7	09,07	47,77	221,11	3,73
	Refeição	Segunda-Feira / 16/05	Terça-Feira / 17/05	Quarta-Feira /	,-	,	inta-Feira / 19	, .	,	xta-Feira / 20/	,
	Lanche da	Leite com cacau, Biscoito Simples	Terça-Feira / 17/05 Suco de Fruta, Pão de Leite		,-	Qu	,	/05	,	,	
3 S		•	3	Quarta-Feira /	18/05 s com Escarola,	Qu Leite co Macarrão	inta-Feira / 19	/05 de Leite mate com	Se Arroz, Feijoad	xta-Feira / 20/	carne cubos),
3 S E M	Lanche da Manhã Almoço Lanche da	Leite com cacau, Biscoito Simples  Galinhada (arroz, peito de frango, cenoura ralada, milho e tomate), Salada	Suco de Fruta, Pão de Leite  Arroz, Feijão, Carne Bovina cozida com	Quarta-Feira / Fruta Arroz, Feijão, Ovos Mexido	s com Escarola, Tomate	Qu Leite co Macarrão	inta-Feira / 19, om Cacau, Pão d ao Molho de To	/05 de Leite mate com	Se Arroz, Feijoad F	xta-Feira / 20/ Fruta a (Feijão Preto	carne cubos),
3 S E M A N A	Lanché da Manhã Almoço	Leite com cacau, Biscoito Simples  Galinhada (arroz, peito de frango, cenoura ralada, milho e tomate), Salada de Beterraba / Fruta	Suco de Fruta, Pão de Leite Arroz, Feijão, Carne Bovina cozida com Batatas	Quarta-Feira / Fruta Arroz, Feijão, Ovos Mexido Salada de Alface e	s com Escarola, Tomate de Leite	Qu Leite co Macarrão Almo	inta-Feira / 19. m Cacau, Pão d ao Molho de To ondegas / beteri	de Leite mate com	Arroz, Feijoad F Leite com	xta-Feira / 20/ Fruta a (Feijão Preto Farofa de Couve	carne cubos),
3 S E M A N A	Lanche da Manhã Almoço Lanche da Tarde	Leite com cacau, Biscoito Simples  Galinhada (arroz, peito de frango, cenoura ralada, milho e tomate), Salada de Beterraba / Fruta  Suco de Frutas, Biscoito Maisena  Sopa - Macarrão, Batata, Cenoura,	Suco de Fruta, Pão de Leite  Arroz, Feijão, Carne Bovina cozida com Batatas  Salada de Frutas  Sopa de Fubá com Carne Moída, Espinafre,	Quarta-Feira / Fruta  Arroz, Feijão, Ovos Mexido Salada de Alface e Suco de Fruta, Pão	s com Escarola, Tomate de Leite	Qu Leite co Macarrão Almo	inta-Feira / 19. m Cacau, Pão o ao Molho de To ondegas / beteri Fruta ra, Abobrinha, C	de Leite mate com	Arroz, Feijoad F Leite com	ruta-Feira / 20/ Fruta a (Feijão Preto Farofa de Couve cacau e Biscoit	carne cubos),
3 S E M A N A	Lanche da Manhã Almoço Lanche da Tarde	Leite com cacau, Biscoito Simples  Galinhada (arroz, peito de frango, cenoura ralada, milho e tomate), Salada de Beterraba / Fruta  Suco de Frutas, Biscoito Maisena  Sopa - Macarrão, Batata, Cenoura,	Suco de Fruta, Pão de Leite  Arroz, Feijão, Carne Bovina cozida com Batatas  Salada de Frutas  Sopa de Fubá com Carne Moída, Espinafre, Cenoura e Macarrão	Quarta-Feira / Fruta  Arroz, Feijão, Ovos Mexido Salada de Alface e Suco de Fruta, Pão Cuscuz com Frango Energia (kcal)	s com Escarola, Tomate de Leite e legumes CHO (g) 94,17	Qu Leite co Macarrão Almo Sopa Cenou  PTN (g) 30.82	inta-Feira / 19. m Cacau, Pão o ao Molho de To ondegas / beteri Fruta ra, Abobrinha, C Macarrão LIP (g)	mate com raba  Carne Bovina,  Vit. A (mcg) 81,3	Arroz, Feijoad F Leite com Cuscuz cor Vit. C (mg) 48,17	ruta-Feira / 20/ Fruta a (Feijão Preto Farofa de Couve cacau e Biscoit m Carne Moída	carne cubos), esto simples e legumes Fe (mg) 3,7
3 S E M A N A	Lanche da Manhã Almoço Lanche da Tarde Pré Jantar	Leite com cacau, Biscoito Simples  Galinhada (arroz, peito de frango, cenoura ralada, milho e tomate), Salada de Beterraba / Fruta  Suco de Frutas, Biscoito Maisena  Sopa - Macarrão, Batata, Cenoura, Chuchu, Carne Bovina	Suco de Fruta, Pão de Leite  Arroz, Feijão, Carne Bovina cozida com Batatas  Salada de Frutas  Sopa de Fubá com Carne Moída, Espinafre, Cenoura e Macarrão  Composição Nutricional Média	Quarta-Feira / Fruta  Arroz, Feijão, Ovos Mexido Salada de Alface e Suco de Fruta, Pão  Cuscuz com Frango  Energia (kcal) 718,05	s com Escarola, Tomate de Leite e legumes CHO (g) 94,17	Sopa Cenou  PTN (g) 30,82	inta-Feira / 19. m Cacau, Pão o ao Molho de To ondegas / betern Fruta ra, Abobrinha, C Macarrão LIP (g) 24,82	de Leite mate com raba  Carne Bovina,  Vit. A (mcg) 81,3	Arroz, Feijoad F Leite com Cuscuz cor Vit. C (mg) 48,17	ruta-Feira / 20/ Fruta a (Feijão Preto Farofa de Couve cacau e Biscoit m Carne Moída Ca (mg) 241,02	carne cubos), esto simples e legumes Fe (mg) 3,7
3 S E M A N A S	Lanche da Manhã Almoço Lanche da Tarde Pré Jantar	Leite com cacau, Biscoito Simples  Galinhada (arroz, peito de frango, cenoura ralada, milho e tomate), Salada de Beterraba / Fruta  Suco de Frutas, Biscoito Maisena  Sopa - Macarrão, Batata, Cenoura, Chuchu, Carne Bovina	Suco de Fruta, Pão de Leite  Arroz, Feijão, Carne Bovina cozida com Batatas  Salada de Frutas  Sopa de Fubá com Carne Moída, Espinafre, Cenoura e Macarrão  Composição Nutricional Média  Terça-Feira / 24/05	Quarta-Feira / Fruta  Arroz, Feijão, Ovos Mexido Salada de Alface e Suco de Fruta, Pão Cuscuz com Frango Energia (kcal) 718,05	s com Escarola, Tomate de Leite e legumes  CHO (g) 94,17	Sopa Cenou  PTN (g) 30,82  Qu Leite co	inta-Feira / 19, m Cacau, Pão o ao Molho de To ondegas / beteri Fruta ra, Abobrinha, C Macarrão LIP (g) 24,82 inta-Feira / 26	mate com raba  Carne Bovina,  Vit. A (mcg) 81,3  de Leite	Arroz, Feijoad F Leite com Cuscuz cor Vit. C (mg) 48,17	ruta-Feira / 20/ Fruta a (Feijão Preto Farofa de Couve cacau e Biscoit m Carne Moída Ca (mg) 241,02 xta-Feira / 27/ Fruta	carne cubos), esto simples e legumes  Fe (mg) 3,7
3 SEMANNA	Lanche da Manhã Almoço Lanche da Tarde Pré Jantar Refeição Lanche da Manhã	Leite com cacau, Biscoito Simples  Galinhada (arroz, peito de frango, cenoura ralada, milho e tomate), Salada de Beterraba / Fruta  Suco de Frutas, Biscoito Maisena  Sopa - Macarrão, Batata, Cenoura, Chuchu, Carne Bovina  Segunda-Feira / 23/05  Leite com cacau, Biscoito Simples  Arroz, Strogonofe de frango com milho,	Suco de Fruta, Pão de Leite  Arroz, Feijão, Carne Bovina cozida com Batatas  Salada de Frutas  Sopa de Fubá com Carne Moída, Espinafre, Cenoura e Macarrão  Composição Nutricional Média  Terça-Feira / 24/05  Suco de Fruta, Pão de Leite  Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com	Quarta-Feira / Fruta  Arroz, Feijão, Ovos Mexido Salada de Alface e Suco de Fruta, Pão Cuscuz com Frango Energia (kcal) 718,05 Quarta-Feira / Fruta	s com Escarola, Tomate de Leite e legumes CHO (g) 94,17 25/05 com carne moida	Sopa Cenou  PTN (g) 30,82  Qu Leite co	inta-Feira / 19. m Cacau, Pão o ao Molho de To ondegas / beteri  Fruta ra, Abobrinha, C Macarrão  LIP (g) 24,82 inta-Feira / 26. m Cacau, Pão o	de Leite mate com raba  Carne Bovina,  Vit. A (mcg) 81,3  //05  de Leite  com Abobrinha	Arroz, Feijoad F Leite com Cuscuz cor Vit. C (mg) 48,17 Se	ruta-Feira / 20/ Fruta a (Feijão Preto carofa de Couve cacau e Biscoit m Carne Moída Ca (mg) 241,02 xta-Feira / 27/ Fruta icadinho de Car Legumes	carne cubos), esto simples e legumes  Fe (mg)  3.7
3 SEMANA A SEMANA	Lanche da Manhã  Almoço  Lanche da Tarde  Pré Jantar  Refeição  Lanche da Manhã  Almoço  Lanche da	Leite com cacau, Biscoito Simples  Galinhada (arroz, peito de frango, cenoura ralada, milho e tomate), Salada de Beterraba / Fruta  Suco de Frutas, Biscoito Maisena  Sopa - Macarrão, Batata, Cenoura, Chuchu, Carne Bovina  Segunda-Feira / 23/05  Leite com cacau, Biscoito Simples  Arroz, Strogonofe de frango com milho, Salada	Suco de Fruta, Pão de Leite  Arroz, Feijão, Carne Bovina cozida com Batatas  Salada de Frutas  Sopa de Fubá com Carne Moída, Espinafre, Cenoura e Macarrão  Composição Nutricional Média  Terça-Feira / 24/05  Suco de Fruta, Pão de Leite  Arroz, Feijão, Carne Bovina em Cubos com Batatas e cenoura	Quarta-Feira / Fruta  Arroz, Feijão, Ovos Mexido Salada de Alface e Suco de Fruta, Pão Cuscuz com Frango Energia (kcal) 718,05 Quarta-Feira / Fruta  Macarrão, Molho de Tomate	s com Escarola, Tomate de Leite e legumes CHO (g) 94,17 25/05  com carne moida o de Leite ovina, macarrão,	Sopa Cenou  PTN (g) 30,82  Qu Leite co  Arroz, Feijão, do Sopa - Batata	inta-Feira / 19, m Cacau, Pão o ao Molho de To ondegas / betern Fruta ra, Abobrinha, C Macarrão LIP (g) 24,82 inta-Feira / 26, m Cacau, Pão o Ovos Mexidos c	de Leite mate com raba  Carne Bovina,  Vit. A (mcg) 81,3  //05  de Leite com Abobrinha  Simples bora, Couve,	Arroz, Feijaad F Leite com Cuscuz cor Vit. C (mg) 48,17 Se Arroz, Feijão, P	ruta-Feira / 20/ Fruta a (Feijão Preto Farofa de Couve cacau e Biscoit m Carne Moída  Ca (mg) 241,02  xta-Feira / 27/ Fruta icadinho de Car Legumes mples (aniversa de Fruta	carne cubos), e to simples e legumes  Fe (mg) 3,7  05  The Bovina com ariantes) / Suco

745,18

98,16

31,71

25,61

84,01

## OBSERVAÇÕES:

- 1. A consistência das preparações servidas deverá estar de acordo com a faixa etária atendida e aceitação das crianças;
- 2. Se alguma refeição não for consumida, a mesma deverá ser substituída por mamadeira (fórmula infantil);
- 3. Para as crianças que consomem refeição pastosa, o procedimento deverá ser realizado com talher (não utilizar peneiras ou liquidificador);
- 4. Para os menores de 6 meses que ainda não consomem alimentos sólidos, deverá ser oferecida a mamadeira (fórmula infantil).
- 5. Para as crianças de 4 a 6 meses que já iniciaram com alimentação, os alimentos serão oferecidos em consistência pastosa/cremosa, evoluindo a consistência conforme a aceitação. Se a refeição não for consumida, a mesma será substituída por mamadeira.

Composição Nutricional Média

CRN3: 27729

3,72

228,92