



**CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ**

**CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL:**

**BERÇÁRIO INTEGRAL E PARCIAL (a partir de 1 ano); MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS)**

**FEVEREIRO – 2024**

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 05/02/2024	3ª FEIRA – 06/02/2024	4ª FEIRA – 07/02/2024	5ª FEIRA – 08/02/2024	6ª FEIRA – 09/02/2024
Café da manhã 08H	Estudo e Planejamento	Estudo e Planejamento	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga * e Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Crepioca Suco natural de Uva Integral sem açúcar	Café da manhã: Bolo de banana sem açúcar/ Leite ou Leite de soja com cacau
Almoço 10H			ARROZ/ FEIJÃO/ CARNE MOÍDA / SAL. PEPINO E TOMATE/ SOBREMESA: <b>BANANA</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO / SAL. COUVE E REPOLHO/ SOBREMESA: <b>LARANJA</b>	ARROZ/ FEIJÃO COXA E SOBRECOXA ASSADA SAL. DE BRÓCOLIS E CENOURA SOBREMESA: <b>MAÇÃ</b>
Lanche 13H			13H – Fruta: Melancia	13H - Fruta: Banana	13H – Fruta: Mamão
Jantar 15H			ARROZ/ MACARRONADA/ MÚSCULO COZIDO / SAL. BETERRABA E ALFACE/ SOBREMESA: <b>LARANJA</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ PERNIL ASSADO / SAL. PEPINO E CHUCHU/ SOBREMESA: <b>UVA*</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ ACÉM PICADINHO / SAL. TOMATE E ABOBRINHA/ SOBREMESA: <b>MELÃO</b>

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal Manhã	455,22	63,25	13,54	15,58
Média Semanal Tarde	439,31	61,98	12,41	18,68
Média Semanal Integral	903,58	124,24	26,02	34,22

\*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR



**Cátia Cibeles Semchechem**  
Responsável Técnica PNAE  
Nutricionista CRN8 7920



PREFEITURA MUNICIPAL DE LIDIANÓPOLIS  
SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO LIDIANÓPOLIS  
PROGRAMA NACIONAL DE ALIMENTAÇÃO ESCOLAR



**CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ**

**CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL:**

**BERÇÁRIO INTEGRAL E PARCIAL (a partir de 1 ano); MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS)**

**FEVEREIRO – 2024**

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 12/02/2024	3ª FEIRA – 13/02/2024	4ª FEIRA – 14/02/2024	5ª FEIRA – 15/02/2024	6ª FEIRA – 16/02/2024	
Café da manhã 08H	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	<b>FERIADO</b>	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo e tomate* Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Ovo Mexido / Suco de uva integral	
Almoço 10:30H				ARROZ/ FEIJÃO/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADO COM BATATA / SAL. TOMATE E COUVE/ SOBREMESA: <b>MAÇÃ</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECOXA ASSADA/ / SAL. REPOLHO E BETERRABA/ SOBREMESA: <b>MELÃO</b>	
Lanche 13H				<b>13H – Fruta: Laranja</b>		<b>13H – Fruta: Mamão</b>
Jantar 15H				ARROZ/ FEIJÃO /FILÉ DE FRANGO REFOGADO/ FAROFA DE LEGUMES/ SAL. REPOLHO E PEPINO/ SOBREMESA: <b>MELANCIA</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ BOLINHO DE CARNE COM AVEIA/ SAL. BRÓCOLIS E CENOURA/ SOBREMESA: <b>BANANA</b>	

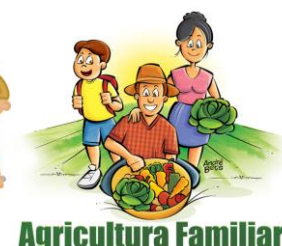
Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
Média Semanal Manhã	454,21	61,35	12,55	16,54
Média Semanal Tarde	449,37	62,89	13,47	17,68
Média Semanal Integral	903,58	124,24	26,02	34,22

**CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ**

\*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR



**Cátia Cibeles Semchechem**  
Responsável Técnica PNAE  
Nutricionista CRN8 7920



Agricultura Familiar

**CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL:  
BERÇÁRIO INTEGRAL E PARCIAL (a partir de 1 ano); MATERNAL INTEGRAL E PARCIAL (2 A 3 ANOS)**

FEVEREIRO – 2024

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 19/02/2024	3ª FEIRA – 20/02/2024	4ª FEIRA – 21/02/2024	5ª FEIRA – 22/02/2024	6ª FEIRA – 23/02/2024
<b>Café da manhã</b> 08H	<b>Café da manhã:</b> Pão Caseiro (AF) com manteiga * e Leite ou <b>Leite de soja</b> com cacau	<b>Café da manhã:</b> Torta de leg. com queijo (legumes p/ veg. (cen., abob., milho e tomate) Suco de uva integral	<b>Café da manhã:</b> Pão Caseiro (AF) com queijo e tomate* Leite ou <b>Leite de soja</b> com cacau	<b>Café da manhã:</b> Ovo Mexido Suco natural de laranja sem açúcar	<b>Café da manhã:</b> Bolo de cenoura sem açúcar / Leite ou <b>Leite de soja</b> com cacau
<b>Almoço</b> 10:30H	ARROZ/ FEIJÃO/ FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO COM PIMENTÃO / SAL. COUVE E CENOURA/ SOBREMESA: <b>BANANA</b>	ARROZ/ FEIJÃO /MÚSCULO COZIDO COM MANDIOCA SALSA/ SAL. BETERRABA E CHUCHU/ SOBREMESA: <b>MANGA</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ PERNIL ASSADO/ SAL. CENOURA E VAGEM/ SOBREMESA: <b>MAÇÃ</b>	ARROZ/ MACARRONADA/ FILÉ DE FRANGO REFOGADO/SAL. REPOLHO E CENOURA/ SOBREMESA: <b>MAMÃO</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ QUIBE ASSADO/ SAL. TOMATE E PEPINO/ SOBREMESA: <b>MELANCIA</b>
<b>Lanche</b> 13H	<b>13H – Frutas: Mamão</b>	<b>13H – Fruta: Banana</b>	<b>13H – Fruta: Melancia</b>	<b>13H - Fruta: Melão</b>	<b>13H – Fruta: Pera</b>
<b>Jantar</b> 15H	ARROZ/CANJIQUEINHA/ CARNE MOÍDA/ SAL. REPOLHO E PEPINO / SOBREMESA: <b>LARANJA</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ OMELETE COM TOMATE E CENOURA/SAL. REPOLHO E ALFACE/ SOBREMESA: <b>MELANCIA</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECOXA DE FRANGO ASSADO BATATA / SAL. BRÓCOLIS E CENOURA/ SOBREMESA: <b>MAMÃO</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ FAROFA DE LEGUMES/ FILÉ DE TILÁPIA ASSADO/ SAL. TOMATE E CHUCHU/ SOBREMESA: <b>UVA</b>	ARROZ/ FEIJÃO/ PERNIL ASSADO/ SAL. CHUCHU E BETERRABA/ SOBREMESA: <b>BANANA</b>

Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
<b>Média Semanal Manhã</b>	456,87	61,25	13,66	17,85
<b>Média Semanal Tarde</b>	450,23	62,14	14,55	16,87
<b>Média Semanal Integral</b>	907,1	123,39	28,21	34,72

**CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ**

\*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR



**Cátia Cibeles Semchechem**  
Responsável Técnica PNAE  
Nutricionista CRN8 7920





## ORIENTAÇÕES GERAIS

- Oferecer salada todos os dias, caso necessário, organizar conforme disponibilidade de entrega da agricultura familiar;
  - Colocar no prato de todas as crianças a salada para estimular o consumo;
- Os alunos alérgicos ou intolerantes terão o cardápio adaptado, ex. alérgicos a ovo: ofertar as preparações do dia e nas receitas retirar os ovos; alérgicos ou intolerantes ao leite: oferecer leite sem lactose ou de soja (conforme disponível) e retirar o leite ou queijo das preparações (consultar lista de alérgicos).
- OFERECER OS ALIMENTOS PORCIONADOS AOS ESTUDANTES A FIM DE EVITAR DESPERDÍCIOS;
  - OFERTAR A REPETIÇÃO SEMPRE QUE SOLICITADO PELOS ALUNOS.

\*AS SALADAS E FRUTAS PODEM SOFRER ALTERAÇÕES CONFORME DISPONIBILIDADE DA AGRICULTURA FAMILIAR

