



CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ

**CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL:
PRÉ I E II PARCIAL MANHÃ (03 – 05 ANOS)**

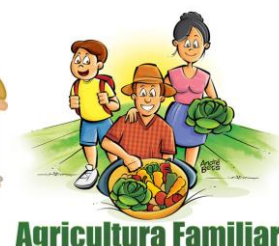
JULHO – 2024

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 01/07/2024	3ª FEIRA – 02/07/2024	4ª FEIRA – 03/07/2024	5ª FEIRA – 04/07/2024	6ª FEIRA – 05/07/2024										
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga * e Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Crepioca Suco De Laranja Sem Açúcar	AULA EXTRA CURRICULAR NOTURNO COM A FAMÍLIA	Café da manhã: Torta de legumes com queijo* (cen., abob. e tomate) Suco natural de laranja s/açúcar	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo e tomate* Leite ou Leite de soja com cacau										
Almoço 10H	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO / SAL. ALFACE E TOMATE/ SOBREMESA: UVA	ARROZ/ FEIJÃO/ PERNIL ASSADO/ SAL. PEPINO E BETERRABA/ SOBREMESA: BANANA		ARROZ/ FEIJÃO/ ACÉM PICADINHO / SAL. BETERRABA E CHUCHU/ SOBREMESA: GOIABA	ARROZ/ FEIJÃO/ FILÉ DE FRANGO REFOGADO/ SAL. PEPINO E BRÓCOLIS/ SOBREMESA: BANANA										
	<table border="1"> <thead> <tr> <th>Composição Nutricional</th> <th>Energia (Kcal)</th> <th>Carb (g)</th> <th>G.Total (g)</th> <th>Prot(g)</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Média Semanal Manhã</td> <td>455,22</td> <td>63,25</td> <td>13,54</td> <td>15,58</td> </tr> </tbody> </table>					Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)	Média Semanal Manhã	455,22	63,25	13,54	15,58
Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)											
Média Semanal Manhã	455,22	63,25	13,54	15,58											
	2ª FEIRA – 08/07/2024	3ª FEIRA – 09/07/2024	4ª FEIRA – 10/07/2024	5ª FEIRA – 11/07/2024	6ª FEIRA – 12/07/2024										
	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR										
	2ª FEIRA – 15/07/2024	3ª FEIRA – 16/07/2024	4ª FEIRA – 17/07/2024	5ª FEIRA – 18/07/2024	6ª FEIRA – 19/07/2024										
	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR	RECESSO ESCOLAR										

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



Cátia Cibeles Semchechem
Responsável Técnica PNAE
Nutricionista CRN8 7920



CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ

CARDÁPIO EDUCAÇÃO INFANTIL: I E II PARCIAL MANHÃ (03 – 05 ANOS)

JULHO – 2024

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 22/07/2024	3ª FEIRA – 23/07/2024	4ª FEIRA – 24/07/2024	5ª FEIRA – 25/07/2024	6ª FEIRA – 26/07/2024		
Café da manhã 08H	ESTUDO E PLANEJAMENTO	ESTUDO E PLANEJAMENTO	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo* / (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Morango)	Café da manhã: Ovo Mexido Suco natural de laranja sem açúcar	Café da manhã: Bolo de cenoura com uva passa / Leite ou Leite de soja com cacau		
Almoço 10H			ARROZ/ FEIJÃO / FILÉ DE TILÁPIA ASSADO/ SAL. TOMATE E ALFACE/ SOBREMESA: BANANA	ARROZ/CANJIQUEINHA/ COXA E SOBRECOXA ASSADA SAL. ABOBRINHA E PEPINO/ SOBREMESA: MAÇÃ	ARROZ/ FEIJÃO/ BOLINHO DE CARNE COM AVEIA/ SAL. PEPINO E REPOLHO/ SOBREMESA: PERA		
			Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot(g)
			Média Semanal Manhã	456,87	61,25	13,66	17,85
Refeição e Horário	2ª FEIRA – 29/07/2024	3ª FEIRA – 30/07/2024	4ª FEIRA – 31/07/2024	5ª FEIRA – 01/08/2024	6ª FEIRA – 02/08/2024		
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga/ Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Bolo de banana c/ uva passa / Suco Natural de Laranja	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo* / Leite + leite em pó ou Leite de soja com banana e morango	Café da manhã: Torta de frango com legumes (cen., abob, tom)/ Suco de uva Integral	Café da manhã: Quibe assado Leite + leite em pó ou Leite de soja com cacau e banana		
Almoço 10H	ARROZ/ FEIJÃO/ POLENTA/ CARNE MOÍDA/ SAL. ALFACE E PEPINO/ SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ/ FEIJÃO/ MACARRONADA / COXA E SOBRECOXA ASSADO / SAL. CHUCHU E CENOURA / SOBREMESA: GOIABA	ARROZ/ FEIJÃO/ MÚSCULO COM BATATA / SAL. COUVE E CENOURA/ SOBREMESA: BANANA	ARROZ/ FEIJÃO/PERNIL ASSADO/ SAL. REPOLHO E TOMATE/ SOBREMESA: MELÃO	ARROZ/ FEIJÃO/ OMELETE COM CENOURA E TOMATE/ SAL. CHUCHU E VAGEM/ SOBREMESA: BANANA		
			Composição Nutricional	Energia (Kcal)	Carb (g)	G.Total (g)	Prot (g)
			Média Semanal Manhã	457,88	61,58	12,50	18,02

*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

