



CMEI SEMENTINHAS DO IVAÍ

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

JUNHO – 2024

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 03/06/2024	3ª FEIRA – 04/06/2024	4ª FEIRA – 05/06/2024	5ª FEIRA – 06/06/2024	6ª FEIRA – 07/06/2024	
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	FERIADO	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo e tomate* Suco de Uva Integral sem açúcar	Café da manhã: Torta de legumes com queijo* (cen., abob. e tomate) Suco natural de laranja s/açúcar	
Almoço 10H	ARROZ/ FEIJÃO/ CARNE MOÍDA / SAL. CHICÓREA E TOMATE/ SOBREMESA: UVA	ARROZ/ FEIJÃO/ OMELETE ASSADO/ SAL. PEPINO E BRÓCOLIS/ SOBREMESA: BANANA		ARROZ/ FEIJÃO/ MÚSCULO COZIDO/ SAL. BETERRABA E CHUCHU/ SOBREMESA: GOIABA	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECOXA ASSADA/ SAL. DE ABOBRINHA E CHUCHU SOBREMESA: LARANJA	
		Composição Nutricional Média Semanal Manhã	Energia (Kcal) 455,22	Carb (g) 63,25	G.Total (g) 13,54	Prot(g) 15,58
Refeição e Horário	2ª FEIRA – 10/06/2024	3ª FEIRA – 11/06/2024	4ª FEIRA – 12/06/2024	5ª FEIRA – 13/06/2024	6ª FEIRA – 14/06/2024	
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo e tomate* Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: Torta de legumes (cen., abob. e tomate) Suco natural de laranja s/açúcar	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo e tomate* / (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Manga)	Café da manhã: Aveioca Suco de uva integral	Café da manhã: Ovo Mexido / Leite (Leite + Leite em pó) ou Leite de soja com BANANA	
Almoço 10H	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO / SAL. TOMATE E ALFACE / SOBREMESA: UVA	ARROZ/ FEIJÃO/ <u>CREME DE MILHO</u> / FILÉ DE TILÁPIA ASSADO/ SAL. BETERRABA E CHUCHU/ SOBREMESA: MELANCIA	ARROZ/ FEIJÃO/ MACARRONADA COM MOLHO DE TOMATE/ PERNIL ASSADO / SAL. PEPINO E REPOLHO/ SOBREMESA: LARANJA	ARROZ/ FEIJÃO/ ACÉM PICADINHO / SAL. BRÓCOLIS E BETERRABA/ SOBREMESA: BANANA	ARROZ / FEIJÃO/FILÉ DE FRANGO REFOGADO COM MANDIOCA SALSA/ SAL. CHUCHU E COUVE/ SOBREMESA: GOIABA	
		Composição Nutricional Média Semanal Manhã	Energia (Kcal) 454,21	Carb (g) 61,35	G.Total (g) 12,55	Prot(g) 16,54

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

JUNHO – 2024

Refeição e Horário	2ª FEIRA – 17/06/2024	3ª FEIRA – 18/06/2024	4ª FEIRA – 19/06/2024	5ª FEIRA – 20/06/2024	6ª FEIRA – 21/06/2024	
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga/ Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: CREPIOCA Suco de uva integral	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com queijo* / (Leite + Leite em pó ou Leite de soja + Banana e Manga)	Café da manhã: Ovo Mexido Suco natural de laranja sem açúcar	Café da manhã: <u>Bolo de fubá</u> com uva passa / Leite ou Leite de soja com cacau	
Almoço 10H	ARROZ/ FEIJÃO/ POLENTA/ CARNE MOÍDA/ SAL. REPOLHO E TOMATE/ SOBREMESA: MELÃO	ARROZ/ FEIJÃO/ OVO MEXIDO / SAL. BETERRABA E BROCOLIS/ SOBREMESA: UVA	ARROZ/ <u>TUTU DE FEIJÃO</u> (Far. mand., feijão, ovo, pimentão e couve)/ PERNIL ASSADO/ MILHO REFOGADO/ SAL. TOMATE E VAGEM/ SOBREMESA: BANANA	ARROZ/CANJQUINHA/ COXA E SOBRECOXA ASSADA SAL. ABOBRINHA E PEPINO/ SOBREMESA: <u>Sagu de suco de uva</u>	ARROZ/ FEIJÃO/ FILÉ TILÁPIA ASSADO/ SAL. COUVE 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 – 24/06/2024	3ª FEIRA – 25/06/2024	4ª FEIRA – 26/06/2024	5ª FEIRA – 27/06/2024	6ª FEIRA – 28/06/2024	
Café da manhã 08H	Café da manhã: Pão Caseiro (AF) com manteiga/ Leite ou Leite de soja com cacau	Café da manhã: <u>Bolo de milho</u> 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/ CANJQUINHA/ CARNE MOÍDA/ SAL. ALFACE E PEPINO/ SOBREMESA: MAMÃO	ARROZ/ FEIJÃO/ COXA E SOBRECOXA ASSADA / SAL. ALFACE E BRÓCOLIS / SOBREMESA: GOIABA	ARROZ/ FEIJÃO/ MÚSCULO COM BATATA / SAL. ALFACE E CENOURA/ SOBREMESA: <u>Paçoca caseira sem açúcar</u>	ARROZ/ FEIJÃO/ FILÉ DE TILÁPIA AO MOLHO / 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



(Handwritten signature)

Cátia Cibele 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





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



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



Cátia Cibeles Semchechem
 Responsável Técnica PNAE
 Nutricionista CRN8 7920