

**SECRETARIA DE EDUCAÇÃO - CARDÁPIO MENSAL: JULHO 2023**  
**RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO LEITE - LER OS RÓTULOS NÃO PODE CONTER NEM TRAÇOS DE LEITE**  
**CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)**

REFEIÇÃO	03/jul	04/jul	05/jul	06/jul	07/jul
DESJEJUM	FLOCOS DE MILHO S/ AÇÚCAR COM BEBIDA DE ARROZ E BANANA PICADA	PÃO (RECEITA SEM LEITE) COM GELEIA DE MORANGO SEM AÇÚCAR BEBIDA DE ARROZ C/ CACAU	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO SUCO DE UVA INTEGRAL	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ OMELETE SUCO DE FRUTA SEM AÇÚCAR	TORTA SALGADA (SEM LEITE E SEM GLUTEN) C/ LEGUMES CHÁ SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJO OMELETE ABOBRINHA REFOGADA	ARROZ FEIJO FRANGO ASSADO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE BETERRABA COZIDA	MACARRÃO CUBOS AO MOLHO CENOURA REFOGADA SALADA DE COUVE	ARROZ FEIJO PEITO DE FRANGO REFOGADO SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJO ISCAS ACEBOLADAS FAROFA DE ESPINAFRE E CENOURA SALADA DE ACELGA TANGERINA
LANCHINHO	MAÇA	BANANA	MANGA	MELANCIA	
LANCHE	RISOTO, FEIJO E SALADA DE REPOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	CANJA	QUIRERA C/ MUSCULO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES
REFEIÇÃO	10/jul	11/jul	12/jul	13/jul	14/jul
DESJEJUM	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ GELEIA DE FRUTA SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS COM BEBIDA DE ARROZ SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ CARNE BEBIDA DE ARROZ COM CACAU E BANANA		
ALMOÇO	ARROZ FEIJO OVO COZIDO CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA COZIDA	ARROZ FEIJO POSTA ASSADA C/ BATATA SALADA DE ALFACE	MACARRÃO ESPAGUETE FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE PEPINO	RECESSO	RECESSO
LANCHINHO	MAÇA	MAMÃO	TANGERINA		
LANCHE	SOPA DE LEGUMES C/ MUSCULO	POLENITA C/ CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJO C/ CARNE		
REFEIÇÃO	17/jul	18/jul	19/jul	20/jul	21/jul
REFEIÇÃO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO	24/jul	25/jul	26/jul	27/jul	28/jul
DESJEJUM	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ CARNE DESFIADA AO MOLHO CHÁ SEM AÇÚCAR	BOLO DE MAÇA (SEM LEITE) SEM AÇÚCAR BEBIDA DE ARROZ MORNIA C/ CACAU E BANANA	PÃO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES (RECEITA SEM LEITE) CHÁ SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJO OMELETE SALADA DE CENOURA REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJO POSTA ASSADA AO MOLHO VAGEM REFOGADA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJO FRANGO AO MOLHO SALADA DE ACELGA ABOBRINHA REFOGADA	ARROZ INTEGRAL FEIJO FILE DE TILAPIA ASSADO BATATA SAUTE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJO FRANGO ASSADO CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA COZIDA BANANA
LANCHINHO	MAÇA	MAMÃO	LARANJA	MELÃO	
LANCHE	PURE DE BATATA (SEM LEITE) COM MUSCULO AO MOLHO	SOPA DE FEIJO C/ CARNE	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ OMELETE E SUCO DE UVA INTEGRAL	SOPA DE LEGUMES	QUIRERA COM CARNE AO MOLHO

VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.

*Alline Spauza de Godoi*

Nutricionista  
 Chefe Dep. De Merenda Escolar  
 Decreto 7938/2021

SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO

CARDÁPIO MENSAL: JULHO 2023

**RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO OVO - NÃO ACRESCENTAR OVO NEM MACARRÃO EM NENHUMA PREPARAÇÃO.  
CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)**

REFEIÇÃO	03/jul	04/jul	05/jul	06/jul	07/jul
DESJEJUM	FLOCOS DE MILHO COM IOGURTE E BANANA PICADA	PÃO (RECEITA SEM OVO) COM REQUEIJÃO LEITE C/ CACAU	PÃO RECEITA SEM OVO C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE UVA INTEGRAL	PÃO (RECEITA SEM OVO) COM COMPOSTA DE MAÇÃ SUCO DE FRUTA SEM AÇÚCAR	TORTA SALGADA (RECEITA SEM OVO) C/ LEGUMES CHÁ SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO CARNE MOÍDA AO MOLHO ABOBRINHA REFOGADA	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO ESPINAFRE REFOGADO (SEM OVO) SALADA DE BETERRABA COZIDA	POLENATA CUBOS AO MOLHO CENOURA REFOGADA SALADA DE COUVE	ARROZ FEIJÃO PEITO DE FRANGO REFOGADO SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS FAROFA DE ESPINAFRE E CENOURA SALADA DE ACELGA
LANCHINHO	MAÇA	BANANA	MANGA	MELANCIA	TANGERINA
LANCHE	RISOTO, FEIJAO E SALADA DE REPOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	CANJA	QUIRERA C/ MUSCULO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES
REFEIÇÃO	10/jul	11/jul	12/jul	13/jul	14/jul
DESJEJUM	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ GELEIA DE FRUTA SEM AÇÚCAR VITAMINA DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM OVO) C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	CREPIOCA (SEM OVO) C/ REQUEIJÃO LEITE MORNO C/ CACAU		
ALMOÇO	ARROZ FEIJÃO FRANGO GRELHADO CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA COZIDA	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA C/ BATATA SALADA DE ALFACE	ARROZ INTEGRAL FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE PEPINO	RECESSO	RECESSO
LANCHINHO	MAÇA	MAMÃO	TANGERINA		
LANCHE	SOPA DE LEGUMES C/ MUSCULO	POLENATA C/ CARNE AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE		
REFEIÇÃO	17/jul	18/jul	19/jul	20/jul	21/jul
REFEIÇÃO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
REFEIÇÃO	24/jul	25/jul	26/jul	27/jul	28/jul
DESJEJUM	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO E SEM LEITE) C/ REQUEIJAO CHÁ SEM AÇÚCAR	BOLO DE MAÇA (RECEITA SEM GLUTEN, SEM LEITE E SEM OVO) LEITE MORNO C/ CACAU E BANANA	PÃO DE QUEIJO (RECEITA SEM OVO) CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO E SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES (RECEITA SEM OVO E SEM LEITE) CHÁ SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ FEIJAO BIFE ACEBOLADO SALADA DE CENOURA REPOLHO REFOGADO	ARROZ FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO VAGEM REFOGADA SALADA DE ALFACE	ARROZ FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA DE ACELGA ABOBRINHA REFOGADA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FILE DE TILAPIA ASSADO BATATA SAUTE SALADA DE REPOLHO	ARROZ FEIJÃO FRANGO ASSADO CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA COZIDA BANANA
LANCHINHO	MAÇA	MAMÃO	LARANJA	MELÃO	
LANCHE	PURE DE BATATA (SEM OVOS) COM MUSCULO AO MOLHO	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM OVO) C/ QUEIJO E SUCO DE UVA INTEGRAL	SOPA DE LEGUMES	QUIRERA COM CARNE AO MOLHO

VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.

TODAS AS SOPAS DEVERÃO SER FEITAS COM ARROZ, NÃO UTILIZAR MACARRÃO.

*Alaine Godoi*  
Alaine Souza de Godoi

Nutricionista  
Chefe Dep. De Merenda Escolar  
Decreto 2933/2023

**SECRETARIA MUNICIPAL DE EDUCAÇÃO**  
**CARDÁPIO MENSAL: JULHO 2023 RESTRIÇÃO ALIMENTAR - ALERGIA AO LEITE, FEIJÃO E LENTILHA - ALUNA MARIA FLOR**  
**APÓS O EPISÓDIO DE VÔMITO EM 11 DE ABRIL APÓS INGERIR PEIXE, O PEIXE SERÁ RETIRADO DO CARDÁPIO DA ALUNA. AGUARDANDO ORIENTAÇÃO MÉDICA.**  
**CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)**

REFEIÇÃO	03/jul	04/jul	05/jul	06/jul	07/jul
DESJEJUM	FLOCOS DE MILHO COM BEBIDA DE ARROZ E BANANA PICADA	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ COMPOTA DE MAÇA SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ OMELETE	TORTA SALGADA C/LEGUMES (RECEITA SEM LEITE)
ALMOÇO	ARROZ OMELETE ABOBRINHA REFOGADA	BEBIDA DE ARROZ C/ CACAU ARROZ FRANGO ASSADO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE BETERRABA COZIDA	MACARRÃO CUBOS AO MOLHO CENOURA REFOGADA SALADA DE COUVE	SUCO DE FRUTA SEM AÇÚCAR ARROZ PEITO DE FRANGO REFOGADO SALADA DE ALFACE	CHÁ SEM AÇÚCAR ARROZ ISCAS ACEBOLADAS FAROFA DE ESPINAFRE E CENOURA SALADA DE ACELGA
LANCHINHO	MAÇA	BANANA	MANGA	MELANCIA	TANGERINA
LANCHE	RISOTO E SALADA DE REPOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	CANJA	QUIRERA C/ MUSCULO AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES
REFEIÇÃO	10/jul	11/jul	12/jul	13/jul	14/jul
DESJEJUM	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ GELEIA DE FRUTA SEM AÇÚCAR BEBIDA DE FRUTA BÁTIDA COM FRUTA SEM AÇÚCAR	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ PATE DE FRANGO (SEM LEITE) CHÁ SEM AÇÚCAR	CREPIOCA (RECEITA SEM LEITE, SEM OVO E SEM GLÚTEN) BEBIDA DE ARROZ C/ CACAU E BANANA		
ALMOÇO	ARROZ OVO COZIDO CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA COZIDA	ARROZ POSTA ASSADA C/ BATATA SALADA DE ALFACE	MACARRÃO ESPAGUETE FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE PEPINO	RECESSO	RECESSO
LANCHINHO	MAÇA	MAMÃO	TANGERINA		
LANCHE	SOPA DE LEGUMES C/ MUSCULO	POLENTA C/ CARNE AO MOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE		
REFEIÇÃO	17/jul	18/jul	19/jul	20/jul	21/jul
REFEIÇÃO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
DESJEJUM	24/jul	25/jul	26/jul	27/jul	28/jul
DESJEJUM	PÃO CASEIRO (RECEITA SEM LEITE) C/ GELEIA DE MORANGO SEM AÇÚCAR CHÁ SEM AÇÚCAR	BOLO DE MAÇA (RECEITA SEM LEITE) SEM AÇÚCAR	PÃO DE QUEIJO (RECEITA SEM LEITE)	PÃO (RECEITA SEM LEITE) C/ FRANGO AO MOLHO	TORTA DE LEGUMES (RECEITA SEM LEITE)
ALMOÇO	ARROZ OMELETE SALADA DE CENOURA REPOLHO REFOGADO	SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR ARROZ POSTA ASSADA AO MOLHO VAGEM REFOGADA SALADA DE ALFACE	CHÁ SEM AÇÚCAR ARROZ FRANGO AO MOLHO SALADA DE ACELGA ABOBRINHA REFOGADA	SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR ARROZ INTEGRAL BIFE ACEBOLADO BATATA SAUTE SALADA DE REPOLHO	CHÁ SEM AÇÚCAR ARROZ FRANGO ASSADO CHUCHU REFOGADO SALADA DE BETERRABA COZIDA
LANCHINHO	MAÇA	MAMÃO	LARANJA	MELÃO	BANANA
LANCHE	PURE DE BATATA (RECEITA SEM LEITE) COM MUSCULO AO MOLHO	SOPA DE MACARRÃO C/ CARNE	PÃO RECEITA SEM LEITE C/ OMELETE E SUCO DE UVA INTEGRAL	SOPA DE LEGUMES	QUIRERA COM CARNE AO MOLHO

VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.

  
**Alline Souza de Godoi**  
 Nutricionista  
 Chefe Dep. de Merenda Escolar  
 Decreto 7938/2021

**CARDÁPIO MENSAL: JULHO 2023 - LUCAS FERNANDES GUESSE - DIABETES TIPO 1  
CRIANÇAS 1 A 3 ANOS => HORÁRIOS: DESJEJUM (8H), ALMOÇO (11H), LANCHE 1 (13H30) E LANCHE 2 (15H30)**

REFEIÇÃO	03/jul	04/jul	05/jul	06/jul	07/jul
DESJEJUM	FLOCOS DE MILHO COM AVEIA, LEITE E BANANA PRATA PICADA	PÃO INTEGRAL COM REQUEijÃO LEITE C/ CACAU SEM AÇÚCAR	BROA INTEGRAL C/ PATE DE FRANGO SUCO DE UVA INTEGRAL	PÃO INTEGRAL C/ OMELETE SUCO DE FRUTA SEM AÇÚCAR	TORTA SALGADA DE AVEIA C/ LEGUMES CHÁ SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO OMELETE (INCLUIR LINHAÇA) ABOBRINHA REFOGADA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO ASSADO ESPINAFRE REFOGADO SALADA DE BETERRABA COZIDA	MACARRÃO INTEGRAL CUBOS AO MOLHO CENOURA REFOGADA SALADA DE COUVE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO PEITO DE FRANGO REFOGADO SALADA DE ALFACE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO ISCAS ACEBOLADAS ESPINAFRE E CENOURA REFOGADOS SALADA DE ACELGA
LANCHINHO	MAÇÃ COM CASCA	BANANA PRATA COM AVEIA	PERA COM CASCA	MAÇÃ COM CASCA	TANGERINA
LANCHE	RISOTO, COM ARROZ INTEGRAL FEIJÃO E SALADA DE REPOLHO	SOPA DE LEGUMES C/ CARNE	CANJA (INCLUIR AVEIA)	QUIRERA C/ MUSCULO AO MOLHO (INCLUIR AVEIA)	SOPA DE LEGUMES (INCLUIR AVEIA)
REFEIÇÃO	10/jul	11/jul	12/jul	13/jul	14/jul
DESJEJUM	PÃO INTEGRAL C/ CARNE VITAMINA DE FRUTAS SEM AÇÚCAR C/ AVEIA	PÃO INTEGRAL C/ QUEIJO CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ REQUEijÃO LEITE MORNO C/ CACAU SEM AÇÚCAR		
ALMOÇO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO OVO COZIDO CHUCHU REFOGADO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO POSTA ASSADA C/ BATATA SALADA DE ALFACE	MACARRÃO INTEGRAL FRANGO AO MOLHO CENOURA SAUTE SALADA DE PEPINO	RECESSO	RECESSO
LANCHINHO	MAÇÃ COM CASCA	MAMÃO COM AVEIA	TANGERINA		
LANCHE	SOPA DE LEGUMES C/ MUSCULO (INCLUIR AVEIA)	POLENTA C/ CARNE AO MOLHO E ABOBRINHA	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE E BROCOLIS		
REFEIÇÃO	17/jul	18/jul	19/jul	20/jul	21/jul
REFEIÇÃO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO	RECESSO
DESJEJUM	24/jul	25/jul	26/jul	27/jul	28/jul
DESJEJUM	PÃO INTEGRAL C/ REQUEIJAO CHÁ SEM AÇÚCAR	BOLO DE MAÇÃ COM AVEIA SEM AÇÚCAR CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ OVO MEXIDO (INCLUIR AVEIA) CHÁ SEM AÇÚCAR	PÃO INTEGRAL C/ FRANGO AO MOLHO SUCO DE FRUTAS SEM AÇÚCAR	TORTA DE LEGUMES COM AVEIA CHÁ SEM AÇÚCAR
ALMOÇO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO OMELETE (INCLUIR LINHAÇA) REPOLHO REFOGADO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO POSTA ASSADA AO MOLHO VAGEM REFOGADA SALADA DE ALFACE	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO AO MOLHO SALADA DE ACELGA ABOBRINHA REFOGADA	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FILE DE TILAPIA ASSADO SALADA DE REPOLHO	ARROZ INTEGRAL FEIJÃO FRANGO ASSADO CHUCHU REFOGADO
LANCHINHO	MAÇÃ COM CASCA	PERA C/ CASCA	LARANJA COM BAGAÇO E SEM SEMENTE	MELÃO	BANANA PRATA COM AVEIA
LANCHE	RISOTO, COM ARROZ INTEGRAL FEIJÃO E SALADA DE CENOURA CRUA	SOPA DE FEIJÃO C/ CARNE E LINHAÇA	OMELETE NUTRITIVO C/ AVEIA E BROCOLIS E SUCO DE UVA INTEGRAL	SOPA DE LEGUMES (INCLUIR AVEIA)	QUIRERA C/ MUSCULO AO MOLHO (INCLUIR AVEIA)

VEGETAIS PODERÃO SER ALTERADOS POR CONTA DA AGRICULTURA FAMILIAR.

**OBSERVAÇÃO: NAS PREPARAÇÕES ONDE CONTEM LINHAÇA OU AVEIA COLOCAR A QUANTIDADE DE 1 COLHER DE SOBREMESA**

  
**Alline Souza de Godoi**  
 Nutricionista  
 Chefe Dep. De Merenda Escolar  
 Decreto 7938/2021